

UNIVERSIDAD DEL NORTE
DEPARTAMENTO DE PSICOLOGÍA
MAESTRÍA EN DESARROLLO SOCIAL



Análisis del Bienestar Psicológico Individual y Social de la población indígena Wiwa
desplazada por la violencia política desde la Sierra Nevada de Santa Marta hacia el
municipio de Riohacha.

Tesis de Maestría presentada por:
BETULIA MARIA CORTES MINDIOLA

Dirigida por:
Doctor Camilo Madariaga

Barranquilla, 2015

Título:
Autor: (CC)
Título otorgado: Monografía para optar el título de Magister en Desarrollo Social
Director del trabajo: Doctor Camilo Madariaga
Programa: Departamento de Psicología
Universidad del Norte
Barranquilla
2015

RESUMEN

Con la presente investigación se ha pretendido Describir el nivel de bienestar psicológico, individual y social, en la población indígena Wiwa desplazada por la violencia política, que ha migrado hacia el municipio de Riohacha. Identificando además las características socioeconómicas de la población mencionada, en lo referido a la metodología el tipo es descriptivo correlacional se especifican aspectos de vital importancia a partir de la caracterización de la población estudiada, en las variables se tomaron los conceptos de bienestar subjetivo, propuesto por Diener, Compuesta por la dimensión de: satisfacción con la vida; el bienestar psicológico con el fin de valorar dicho bienestar en todas sus dimensiones a saber: auto-aceptación, relaciones positivas, propósito en la vida, control o dominio del entorno, crecimiento personal, y la autonomía y el bienestar social, de Keyes, con las dimensiones de: integración social, aceptación social, contribución social, actualización social y coherencia social. se aplicó instrumento a través de las escalas de los autores mencionados a 51 personas adultas cabezas de familia, del grupo étnico Wiwa que se encuentran en situación de desplazamiento,

Al estudiar el bienestar de las personas se encontró que cada persona realiza una evaluación particular de su satisfacción, en relación con sus circunstancias vitales; de igual manera esta satisfacción, está relacionada con componentes del Bienestar Psicológico e individual.

Se ha considerado de gran importancia investigar en qué medida la experiencia traumática de la violencia sociopolítica pudiera afectar el sentimiento de bienestar en los ámbitos: psicológico, individual y social.

Palabras claves: Bienestar subjetivo, bienestar psicológico, bienestar social, desplazamiento.

ABSTRAC

With this research we have tried to describe the level of psychological, individual and social welfare, Wiwa indigenous people displaced by political violence, which has migrated to the town of Riohacha. Besides identifying the socioeconomic characteristics of the population mentioned with regard to methodology type is descriptive correlational aspects of vital importance specified from characterization of the study population, the variables the concepts of subjective well-being were taken, proposed by Diener, it Composed

dimension: life satisfaction; psychological well-being in order to assess this being in all its dimensions namely: self-acceptance, positive relationships, purpose in life, control or environmental mastery, personal growth, autonomy and welfare, Keyes, with dimensions: social integration, social acceptance, social contribution, social actualization and social coherence. instrument was applied through the scales of the authors mentioned 51 people adult heads of household, Wiwa ethnic group who are in a situation of displacement, By studying the welfare of people it found that each person performs a particular assessment of their satisfaction regarding their life circumstances; likewise this satisfaction is related to psychological components and individual welfare. It is considered of great importance to investigate to what extent the traumatic experience of sociopolitical violence might affect the feeling of being in the areas: psychological, individual and social.

Keywords: Subjective well-being, psychological, social, travel.

**Aprobado por los docentes de la División de
Humanidades y Ciencias Sociales en
cumplimiento de los requisitos exigidos para otorgar**

el título de Magister en Desarrollo Social

Dr. CAMILO MADARRIAGA

Director de la Maestría

Dr. CAMILO MADARRIAGA

Director Proyecto

Jurado

DEDICATORIA

A Dios, mi señor. Por darme esa perseverancia en los momentos que disminuía el ánimo, gracias padre por impulsarme a seguir adelante.

A mi amada familia, mi madre Elvira Cortés y de manera especial a esas personas que ya no están físicamente pero que viven presente en mi corazón y memoria todo el tiempo.

Mis hermanos por ser parte de mi vida. Mis amores lindos:

Wilmar Alfonso: por estar conmigo apoyándome siempre,

Wilmar David: mi hijo, el amor más grande, más puro.

AGRADECIMIENTOS

Gracias infinitas a ti Dios, mi padre amado.

*Doctor Camilo Madariaga: le agradezco sus orientaciones e
impulso.*

*Doctor Marcos Cervantes: gracias por su apoyo y motivación
en esta última fase.*

*A la imperecedera memoria de Ana Carmen Cortés quien me
enseñó a querer y compartir con una persona de la etnia
Wiwa desde muy corta edad (Alejandro Borbón) y hoy es otra
víctima del desplazamiento. Gracias nana.*

*Gracias de corazón a todas las personas que de una u otra
manera contribuyeron para la culminación de este proceso,
brindando su apoyo en el momento justo y necesario:*

*especialmente Hernando Bedoya Restrepo y
Sandra Esperanza Castañeda Samudio.*

TABLA DE CONTENIDO

Contenido

1. JUSTIFICACIÓN	14
2. MARCO REFERENCIAL	19
2.1. LOS WIWA	19
2.1.1. Caracterizaciones del Pueblo Wiwa	19
2.1.2 Ubicación geográfica	19
2.1.3. La vida Social, Política y Económica	22
2.1.4. Aspectos Económicos	26
2.1.5. Aspectos Culturales	28
2.2. MARCO TEORICO	34
2.2.1. Bases Teóricas de Bienestar Social	34
2.2.2. Tipos de Bienestar	38
2.3. DIMENSIONES DEL BIENESTAR SUBJETIVO	62
2.3.1. Satisfacción con la Vida	62
2.3.2. Afecto Positivo	63
2.3.3. Afecto Negativo	65
2.4. OTRAS CONSIDERACIONES EN TORNO A LAS DIMENSIONES DEL BIENESTAR SUBJETIVO	68
2.5. Bienestar social	69
3. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA	84
3.1. Formulación del Problema	87
4. OBJETIVOS	88
4.1. Objetivo general	88
4.2. Objetivos específicos	88
5. HIPÓTESIS	89
Hipótesis Específicas o de trabajo	89
6. VARIABLES	90
6.1. Definición Conceptual	90
6.2. Definición Operacional	91
7. METODOLOGÍA	94
7.1. El Tipo de investigación	94
7.2. Los Sujetos	95

7.3. Muestra	96
7.4. Técnica(s) de recolección de los datos	96
7.5. Los Instrumentos	97
7.6. El Procedimiento.	99
8. RESULTADOS	99
10. CONCLUSIONES.....	115
BIBLIOGRAFÍA	123

INTRODUCCIÓN

El bienestar, comienza a definirse como un concepto integrador que comprende todas las áreas de la vida, debido que hace referencia tanto a condiciones económicas y sociales, como a componentes individuales del sujeto. De esta manera, el bienestar está asociado al conjunto de factores que una persona necesita para gozar de una buena calidad de vida.

Empero, el fenómeno del desplazamiento forzado por la violencia en Colombia se ha convertido en una constante para muchos de los habitantes de este país, que afecta con mayor dureza a los departamentos con más altos niveles de pobreza y desigualdad social y con altos porcentajes de comunidades indígenas, de los que hace parte la Guajira, un departamento que soporta el problema del desplazamiento forzado como un flagelo que le persigue desde hace mucho tiempo.

Esta violencia sociopolítica se ha visto reflejada desde hace más de medio siglo, situación que afecta a individuos, familias, comunidades y sociedad en general, lo cual ha afectado a diferentes personas. En estos casos, se resalta que las situaciones personales e interpersonales juegan un papel importante en la disminución de los factores de riesgo. (Garrido, 2006).

En el desarrollo de la violencia sociopolítica, la salud mental individual y colectiva, se encuentra en riesgo de verse afectada, a corto y a largo plazo, la Organización Mundial de la Salud, indica que ésta no sólo se trata de un estado caracterizado por la ausencia de enfermedad, sino por la presencia de “algo positivo” (Ryff y Singer, 1998; OMS, 1948).

Una de las estrategias más empleadas por los grupos terroristas, es amenazar con el fin de dominar la voluntad de las personas, violándose los derechos humanos y el irrespeto por

la vida. Generando efectos negativos a nivel individual, familiar y social, debido a los asesinatos, desplazamiento forzoso, tortura, violación, persecuciones, entre otras.

En este orden de ideas, como efecto de esa agudización del conflicto armado interno en Colombia, que ha involucrado a la población civil afectando cada vez más a las comunidades vulnerables, llevándolas a vivir en condiciones indignas, que generan deterioro en la calidad de vida; entre esos grupos poblacionales que día a día son blanco de los actores armados y a los que le son violados los derechos humanos, se cuentan los grupos indígenas wayuu, wiwa, kogui, presentes en el departamento de La Guajira.

Además de otros sectores pertenecientes a los estratos más vulnerables, localizados en su gran mayoría en la zona rural y en centros poblados dispersos de difícil acceso, con vías de comunicación en pésimo estado o inexistentes, son sectores poblacionales con marcados niveles de pobreza y desigualdad social.

Por otra parte, la pérdida de soberanía sobre sus territorios por la presencia de grupos insurgentes y de colonos en busca de tierras fértiles, ha generado una progresiva disminución del dominio de la Sierra, que han conducido al empobrecimiento y desplazamiento de los pueblos indígenas serranos. Aunque existen políticas aparentemente claras que protegen no solo los territorios sagrados de la Sierra Nevada, sino a los pueblos indígenas asentados en la misma, se presentan serias inconsistencias en las mismas.

Durante décadas los pueblos serranos han luchado incesantemente ante el deseo perenne del estado y diversos actores e instituciones de la sociedad de homogenizarlos, es decir tratan de borrar las diferencias étnicas, forzando a los diversos pueblos indígenas del país a la evangelización, escolarización y aculturación lingüística, propiciando no solo el mestizaje racial, sino también la hibridación cultural, perdida y depreciación de los recursos propios de la cultura.

La presente investigación se desarrolla en municipio de Riohacha del departamento de La Guajira, en la comunidad wiwa residente en esta ciudad, que ha sido víctima del desplazamiento forzado. Esta etnia conforma uno de los 4 pueblos indígenas que habitan en este territorio sagrado, siendo de estirpe famosa a nivel mundial por su relación armónica con la madre tierra, y se ha resistido pacíficamente a la dominación por parte de los colonos y el gobierno nacional.

Este estudio además aborda como objeto principal de investigación la comunidad indígena Wiwa, con la población desplazada al municipio de Riohacha, quienes a la vez han padecido traumas en el plano psicológico, subjetivo y social como población afectada, y que ha dejado como resultado la pérdida de los seres queridos, el haber dejado abandonado miembros de su familia, amigos, sus bienes y su territorio, además del arraigado sentido de pertenencia que de forma exclusiva este grupo étnico le otorga un valor muy especial al territorio, dentro de la cosmovisión de la población wiwa, la naturaleza se encarga de ejercer la sanción o el llamado de atención para respetar las vidas, la obediencia y el respeto por la naturaleza son el eje articulador de la cultura, pensamiento y de su forma de vida. En ese sentido la Sierra Nevada de Santa Marta, encarna para sus cuatro pueblos, el origen del mundo, de ahí que en ese sentido predicen el respeto y el cuidado de la madre naturaleza.

De igual manera, con esta investigación se buscó examinar el nivel bienestar psicológico, individual o subjetivo y social, de la población indígena Wiwa desplazada desde la Sierra Nevada de Santa Marta hasta el municipio de Riohacha. Son familias que han tenido que migrar en condiciones inhumanas, ocasionando secuelas importantes, al tener que soportar tomas militares, masacres, torturas, entre otras situaciones.

Ahora bien, el concepto de bienestar manifiesta diferentes implicaciones, desde el ámbito que se aborde, bien sea desde lo social, desde lo psicológico, o desde lo subjetivo, se puede afirmar que conduce a distintas perspectivas y distintos niveles de afectación, amén de los daños psicológicos producidos por el desplazamiento, afecta la integralidad de su bienestar.

Cabe destacar, que la tarea de ser o vivir como desplazado que abandona su terruño, consiste, a partir de ese momento en reinventarse un sentido de vida, su pasado, sus recursos emocionales, la familia, sus amigos, pertenencias, sus usos y costumbres, tradiciones, al mismo tiempo sentir el miedo como un hecho generador de incapacidad de traumas psicológicos y sociales.

El proceso mismo del desplazamiento trae consigo serias repercusiones en el ámbito psicológico, pero también afecta el plano individual o subjetivo y la esfera social, en el contexto de esa reflexión surge la iniciativa de describir cual es el nivel de bienestar psicológico percibido por la población indígena Wiwa desplazada, pero sin dejar de lado, cuál es el nivel de bienestar individual o subjetivo percibido por esa población indígena, como también el nivel de bienestar social de la población indígena en mención.

La estructura del documento se organiza en torno a tres áreas: la discusión teórica, la metodología y el despliegue del análisis. La primera de ellas se compone de tres puntos, comenzando la justificación y la discusión teórica, o marco teórico. El segundo punto, correspondiente al planteamiento del problema y el tercero las características del objeto de investigación. Tras este abordaje teórico se explica la parte metodológica, donde se menciona, todo lo relacionado al control de las variables, procedimiento y la metodología, donde se evidencia que es un estudio correlacionar y se especifican los procedimientos,

La tercera y última de las dimensiones del documento, el análisis de resultados.

Finalmente se llega a la conclusión donde se abordan los principales hallazgos de la investigación.

.

1. JUSTIFICACIÓN

En Colombia, en el curso de las últimas décadas, se ha incrementado el fenómeno del desplazamiento político, como efecto de la degradación del conflicto armado interno que vive el país, y que está presente en todo el territorio nacional.

Dicho desplazamiento, se ha presentado como un fenómeno recurrente, y hoy por hoy constituye una de las consecuencias sociales más graves de la violencia en Colombia, que no ha sido posible resolver, con acciones por parte del Estado, tampoco por organizaciones no gubernamentales, y mucho menos por la misma población afectada, mientras que día a día se agudiza la problemática a lo largo y ancho del país.

La agudización del conflicto armado interno en Colombia y el uso de estrategias de guerra violatorias del Derecho Internacional Humanitario, han expuesto a la población civil a graves hechos de violencia sociopolítica que incluyen amenazas, los enfrentamientos armados, los boleteos, las desapariciones, la tortura, las incursiones armadas, los asesinatos selectivos, las masacres, la destrucción de caseríos y poblados, entre otros, hechos que obligan a miles de colombianos a desplazarse como única estrategia para conservar la vida. Tanto los sucesos que preceden al desplazamiento, como este mismo, conllevan serias repercusiones de orden político, económico y demográfico. También generan efectos en el ámbito psicosocial y cultural que no han sido explorados. (Bello M., Martín E., Arias F., 2000)

Los efectos del desplazamiento sobre el tejido social son contundentes; sin embargo es claro en Colombia, que las acciones gubernamentales no han logrado concretar políticas que superen el asistencialismo, no se ha penetrado sobre las esferas psicosociales y culturales de

los individuos, que no han sido atendidos, por tanto no se ha tenido en cuenta lo relacionado con el bienestar de esas personas en el ámbito psicológico, individual y social.

En todos los casos de desplazamiento, se presenta el problema para la persona directamente implicada, su familia, pero también para la población en general, que recibe a las nuevas familias es en este caso receptora de unas personas que traen consigo: pobreza, ilusiones de mejores posibilidades de vida, y para la ciudad que los recibe, incrementa los llamados cinturones de miseria, deteriora la calidad de vida, ante la imposibilidad de lograr satisfacer las necesidades básicas, como son la alimentación, salud, vivienda por mencionar algunas.

El departamento de la Guajira no ha sido ajeno a esta problemática, y mucho menos el municipio de Riohacha, su capital. Según las estadísticas de la población desplazada con corte del 31 de Diciembre de 2011 reportadas en el Departamento para la prosperidad Social (DPS), se encuentran 81.587 personas desplazadas en el departamento y de las cuales 37.278 están en el municipio de Riohacha, ciudad capital, es de anotar que según estos registros los 15 municipios que conforman el departamento de la guajira, cuentan con población desplazada, y estos desplazamientos al igual que en el resto del país se han dado tanto de forma masiva como individual y ha sido en su mayoría población campesina e indígena de las etnias Wayuu, Kogui y Wiwa o Arzaria los más afectados.

Históricamente Riohacha se ha caracterizado por ser una ciudad receptora de migrantes pobres, con la llegada de la población desplazada, se van creando nuevos barrios, con características tuguriales, lo que permite que la ciudad crezca de manera desordenada, de una forma no planeada ni planificada, y se va desbordando toda la red de infraestructura pública sin posibilidades de ampliar cobertura, con todas las características señaladas se va agudizando la pobreza en la localidad, la llamada economía del rebusque, pésimas

condiciones en viviendas, y carencias profundas en alimentación, educación, empleo, salud; entre otros. Al igual que las demás ciudades de Colombia, Riohacha no está preparada para recepcionar nuevos pobladores que solo incrementan los graves problemas que tiene la ciudad.

Todo lo señalado conlleva a una desbordante degradación de la calidad de vida, que sumado a lo anteriormente mencionado está el trauma psicológico subjetivo y social que ha sido producto en algunos casos de la pérdida de seres queridos, la pérdida de sus bienes y el tener que abandonar su terruño, sus otros familiares, sus amigos, con el motivo que los obligo a huir se generan fuertes traumas que requieren de un tratamiento psicológico y sicosocial dada su vulnerabilidad y fragilidad teniendo en cuenta el estado emocional de las personas que influye de manera directa en su relación con los otros, y las nuevas vivencias los enfrentan a nuevos roles y a un nuevo modo de vida, cambio de costumbres y todo ese acervo cultural que se ven alterados de manera forzosa con todas esas necesidades se van generando una serie de insatisfacciones en los diversos aspectos de la vida de los desplazados y que no han sido atendidos ni tenidos en cuenta para el logro de bienestar alguno.

Se considera que es de gran importancia investigar sobre estos aspectos del desplazamiento en el departamento de La Guajira y más específicamente en el municipio de Riohacha porque no se ha tenido en cuenta, por ejemplo la población indígena de la sierra nevada que se ha desplazado a la cabecera municipal de Riohacha, y otros municipios del mismo departamento, que han tenido que trasladarse, básicamente por el estado de violencia que viene afrontando el país desde muchas décadas atrás y con la permanente presencia de grupos armados en su territorio y las constantes masacres y atropellos a la población más vulnerable, como lo son pueblos indígenas Kogui y Wiwa, por ello se

considera de gran importancia analizar en qué medida la experiencia traumática de la violencia socio-política que hoy perturba a todos los rincones del territorio colombiano, puede afectar el sentimiento de bienestar de las personas que han sido desplazadas por la violencia.

Se decidió trabajar con esa población indígena Wiwa desplazada, por considerar que en el departamento de La Guajira, ese grupo étnico, ha sido de las principales víctimas del conflicto armado, que han perdido absolutamente todo por las condiciones de la violencia sociopolítica en el país.

Desde la Psicología se viene abordando los trastornos del ser humano, respondiendo a un modelo de salud mental como simple ausencia de la enfermedad y ha dirigido sus esfuerzos interventivos a la desaparición de los síntomas patológicos (Keyes, 1998; Díaz Blanco, Sutil & Schweiger, 2007). En la actualidad, el modelo de salud implica, tal como en su momento fue expresado por la Organización Mundial de la salud (2004, p 7): *“un estado de bienestar completo, físico, social y psicológico, y no solamente la ausencia de enfermedad o de invalidez”* (Manrique Kissy, Martínez Marina, Turizo Yamile, 2008).

El concepto de bienestar manifiesta diferentes implicaciones a partir del ámbito que se aborde; desde la psicología, se aborda en el trabajo, el concepto de bienestar, según Blanco y Díaz (2005), ha sido abordado en torno a dos dimensiones básicas: el bienestar subjetivo y el psicológico que nos remiten a las dos tradiciones, la hedónica y la eudaimónica, respectivamente (Manrique, Martínez, Turizo 2008)

Desde este punto de vista, se percibe la situación del indígena desplazado, frente a situaciones de violencia, que presentan escenas de terror y barbarie, que involucran torturas, masacres, desapariciones, bombardeos, además de los daños físicos causados por el desplazamiento, lo que afecta en gran medida su bienestar, tanto a nivel psicológico,

individual y social, lo que genera cambios y trastornos no solo en su comportamiento y sentimientos, sino en todos los aspectos de su vida, por el hecho de enfrentarse no solo a dejar su hábitat, su comunidad, sus usos y costumbres, sus lugares considerados como sagrados, diversas formas de convivir e interactuar con la naturaleza, para tener que llegar a un lugar que considera ajeno y que le es completamente desconocido.

La investigación si bien está encaminada a determinar el bienestar psicológico, subjetivo y social de la población wiwa desplazada por la violencia, esta permitirá revisar las diferentes teorías que se han tejido a través de los tiempos y que están relacionados con el tema en estudio, por lo tanto, se tomaran autores como Diener, Ryff y keyes

2. MARCO REFERENCIAL

2.1. LOS WIWA

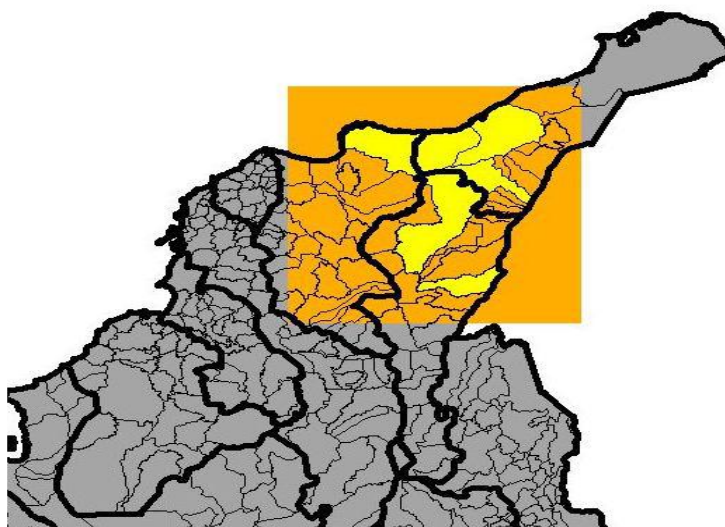
2.1.1. Caracterizaciones del Pueblo Wiwa

De la tierra madre provenimos y somos lo que somos, la que nos fue dada desde el origen del mundo, es la que sustenta nuestra convivencia, nuestra razón de ser como indígenas de la Sierra, en este territorio están las normas que como portadores de una cultura determinada debemos cumplir, es donde están cada uno de los sitios de nuestra historia, es los que compone lo que podremos denominar como territorio propio, como espacio sagrado que alimenta y fortalece y nos da la existencia en el universo. (Sabiduría Wiwa)

2.1.2 Ubicación geográfica

El pueblo indígena Wiwa (o Arzario) es uno de los cuatro pueblos que habita la Sierra Nevada de Santa Marta, junto con los indígenas Kankuamo, Kogui y Arhuaco. Su ubicación geográfica corresponde a los departamentos de: La Guajira, El Cesar y Magdalena, y recae en los municipios de San Juan del Cesar, Dibulla, y Riohacha en el departamento de La Guajira, en Valledupar y Becerril en el departamento del Cesar y Santa Marta en el departamento del Magdalena. En éstos, sus principales áreas de influencia se encuentran en las comunidades El Limón, Marokazo, Sabana Joaquina, Kuashrimake (La Laguna), Wamaka, Potrerito, Machín, Ulago, Siminke, Barcino, Dudka, Linda, Loma del

Potrero, Piñoncito, Sabana Grande, El Caney, El Pital, La Peña de los Indios, Gomake, Kurubal, en La Guajira; las comunidades de Pozo de Humo y Teyumke en el departamento de Cesar y en el Magdalena, las comunidades de Kemakumake y Goshezhi.



Fuente base cartográfica: IGAC

Gonawindúa-Nabusimake –Sierra Nevada de Santa Marta- está situada al norte de Colombia, tiene una superficie aproximada de 17 mil kilómetros cuadrados y comprende los departamentos del Magdalena, Cesar y La Guajira. Se estima que ha estado habitada desde hace 12 mil años, aunque sus residentes originarios del pueblo tayrona fueron exterminados durante la conquista española. Actualmente viven allí cuatro pueblos que se consideran sus descendientes y herederos: los kogui o cággaba que habitan en el interior del macizo cerca de Teyuna, sitio arqueológico conocido como la Ciudad Perdida de los Tayrona; los arhuacos o ikas; los kankuamos; y el pueblo wiwa, arzario, malayo o sanká, que vive en su mayoría en las zonas cercanas al mar. Simone Weil (Estudio para una declaración de las obligaciones hacia el ser humano. Londres, 1943).

Los Sánha son un grupo disperso y muy poco homogéneo. En los documentos históricos y en estudios antropológicos recientes se les denomina genéricamente Sanká; de acuerdo con el nombre de sus asentamientos, han recibido los apelativos de Guamakas, Marokaseros, Colorados y Arsarios (Rosario); y por la frecuencia del uso del apellido Malo, los han denominado Malayos. También se hace referencia a ellos como los Wiwa (caliente), por haber sido habitante de las tierras bajas. (Instituto Colombiano de Antropología. Bogotá 1987 pg. 40).

Los wiwa como tal, han estado sujetos desde la llegada de los españoles a una serie de cambios culturales, políticos y económicos que han tenido un fuerte impacto sobre su estructura social. Sin embargo, estos cambios han servido como referentes para autoidentificarse y al mismo tiempo diferenciarse de los demás grupos indígenas serranos, elaborando diversas estrategias para sobrevivir y mantenerse a través del tiempo. Hablar de los wiwa de la cuenca del río Guachaca, permite dar cuenta de una lucha social por el reconocimiento en busca de una autonomía territorial basada en un derecho ancestral, que legitima diversas formas de convivir e interactuar con la naturaleza. Sin embargo, esta dinámica no es reciente, ni tampoco exclusiva de los wiwa, ya que también los otros tres grupos indígenas que habitan la Sierra Nevada de Santa Marta han estado involucrados históricamente en este proceso de lucha política por el reconocimiento de sus derechos.

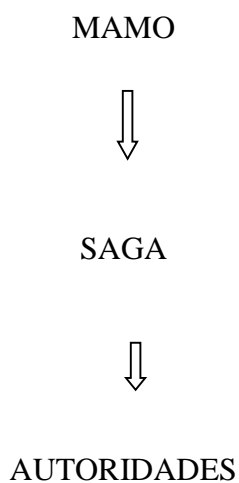
Entre los wiwa, la construcción del territorio está atravesada por lo sagrado y por el movimiento entre distintos lugares, que van desde pequeños recorridos dentro de un mismo pueblo, hasta las parcelas aledañas a éste; así como también, a través del desplazamiento frecuente hacia los pueblos vecinos.

2.1.3. La vida Social, Política y Económica

2.1.3.1. Aspectos Sociopolíticos

Para el pueblo Wiwa las relaciones de interacción cotidianas están cruzadas por relaciones de autoridad de manera jerárquica, en esta medida los Mamos son mayores, no solo por su edad sino por el conocimiento del mundo espiritual y la relación que ellos tienen con la naturaleza. De igual forma, los gunamas (Habitante de las comunidades) son menores, no porque sean inferiores, sino porque su nivel de conocimiento no tiene las herramientas ni la fuerza para equilibrar y manejar el saber sagrado.

2.1.3.2. Esquema de Organización Sociopolítica de la Población Wiwa



El esquema de organización social de los wiwa, lo encabeza el Mamo, que es la autoridad, el encargado de organizar y dirigir la comunidad para mantener colectivamente el orden territorial y personal y se constituye en el pilar de la organización social.

El sistema de autoridades tradicionales constituye, en este contexto, un pilar básico; cada comunidad cuenta con un Mamo Mayor, una Saga, un Comisario (Nikuma) y dos Cabos, quienes tienen el objetivo de garantizar que la vida social transcurra de acuerdo a lo que establece la Ley de Origen. Mamo significa sol, abuelo o consejero y como tal se espera que proporcione luz y calor a todos por igual; su esposa es la Saga, la luna, la abuela, la consejera, una mujer educada desde niña como guía espiritual y para ejercer la medicina tradicional. El gobierno comunitario, además, se desempeña en armonía con los ciclos de la naturaleza; así, las autoridades se reúnen durante el solsticio de junio en los lugares llamados Ezwamas Mayores y en el de diciembre en los Ezwamas Menores.

Los Mamos de mayor rango son llamados Takina, Makurama y Seishua, quienes poseen y transmiten el conocimiento ancestral; entre sus funciones están la demarcación del territorio, la organización de las ceremonias y rituales en los sitios sagrados y la disposición de las pautas para el cuidado de la naturaleza, la organización social y la subsistencia. En general, la legitimidad de las autoridades proviene no sólo de la edad, de los largos períodos de formación y del grado de conocimiento adquirido, sino también de su comportamiento ético que sustenta la obediencia consentida de los demás integrantes de la comunidad.

Los Comisarios, por ejemplo, al asumir el cargo deben acercarse hasta el mar Caribe y encontrar una piedra blanca llamada Nikuma –de la cual proviene su nombre-, utilizada para la purificación espiritual; los wiwas afirman, además, que existe un elemento denominado kuirisina que otorga a las personas capacidad y honestidad para ejercer su autoridad, fundamentada en hechos y no solo en las palabras. (Mailer Mattié, 2011)

Los wiwa como tal, han estado sujetos desde la llegada de los españoles a una serie de cambios políticos y económicos que han tenido un fuerte impacto sobre su estructura social.

Sin embargo, estos cambios han servido como referentes para autoidentificarse y al mismo tiempo diferenciarse de los demás grupos indígenas serranos, elaborando diversas estrategias para sobrevivir y mantenerse a través del tiempo. Hablar de los wiwa, permite dar cuenta de una lucha social por el reconocimiento en busca de una autonomía territorial basada en un derecho ancestral, que legitima diversas formas de convivir e interactuar con la naturaleza. Sin embargo, esta dinámica no es reciente, ni tampoco exclusiva de los wiwa, ya que también los otros tres grupos indígenas que habitan la Sierra Nevada de Santa Marta han estado involucrados históricamente en este proceso de lucha política por el reconocimiento de sus derechos. (Observatorio del Programa presidencial de derechos humanos y DIH)

Organización de la autoridad: La armonía entre cultura- naturaleza se mantiene en el sistema tradicional a partir de la organización de la autoridad, que articula el estado espiritual con el estado material. Existe una organización inicial, primigenia, que se constituye en la base de toda organización; fue hecha por Serankwa y Seukukwi; ésta se materializa a través de la comunicación en la colectividad, en la organización social. Es decir, toda organización existe primero espiritual- mente y luego en lo material, y entre estos dos estados hay una continua relación. A esa organización se le llama Ezwama, la cual se encuentra en los sitios sagrados donde se consulta y se toman decisiones. (Navarro, O., 2002)

Entre los wiwa, la construcción del territorio está atravesada por lo sagrado y por la movilidad hacia distintos lugares, que van desde pequeños recorridos dentro de un mismo pueblo, hasta las parcelas aledañas a éste; así como también, a través del desplazamiento frecuente hacia los pueblos vecinos, velando siempre por la protección y cuidado sobre el territorio de las comunidades indígenas y la conservación de sus usos y costumbres.

Para los Wiwa trabajar armónicamente con la naturaleza y hacerle tributos espirituales a Abu Muñi (Sierra Nevada de Santa Marta) se constituye en uno de los valores que le dan trascendencia a la cultura. De acuerdo con su concepción,

Abu Muñi es la encargada de cuidar a su gente: *“Según la creencia ancestral de los pueblos indígenas de la Sierra Nevada, ella es la tierra, donde está guardado el conocimiento. (...) traza los límites del corazón del mundo, y contiene los guardianes de aquellos que se encuentran al interior de esta zona”* (Córdoba, E. 2005)

Lo anterior significa que para los wiwa existe una ley sagrada, preexistente, primitiva y sobreviviente a todos y a todo; ella se constituye en el pensamiento. Su concepción de mundo acerca del equilibrio del ecosistema, donde el hombre forma parte integral de él, muestra que todos los seres debemos cuidar el sistema ya que las acciones de uno afectan a otros. Esta visión se manifiesta en señales culturales que dicen qué se debe hacer para que el manejo ambiental sea acorde con la educación que reciben los pueblos indígenas. Ellos brindan pagan tributos a la naturaleza, siendo los Mamos quienes recibieron este compromiso; no obstante, en la época actual esta tradición ha cambiado.

De acuerdo con Informe preparatorio para la “Misión Internacional de Verificación de la Verdad en Pueblos Indígenas” (junio, 2006, 2), y recogiendo las impresiones de las comunidades afectadas por los cambios sociopolíticos y ecológicos, se señala que los pueblos indígenas de la Sierra les dejaron la ley y la misión de pagar los tributos (“pagamentos”) de todo cuanto existe, los árboles, el agua, la piedra, la lluvia, la atmósfera y la laguna.

Las autoridades tradicionales y los miembros de los pueblos indígenas, la violación del “Hermano Menor” (occidente) cometida contra la naturaleza, la “Madre Tierra” se

constituye en una amenaza para los “órganos internos de la Sierra para comercializarlos”.

(Villar. F., 2003)

2.1.4. Aspectos Económicos.

Los Wiwa viven principalmente de la agricultura, hacen sus sembrados cerca sus viviendas, cultivando plátano, yuca, malanga, ñame, batata, maíz, frijol, café, jengibre, yuca, plátano, guineo, ahuyama, naranja, guanábana, cacao, ají, piña y la caña estos alimentos los utilizan para el consumo diario y familiar, por tanto es una actividad agrícola de autoconsumo. Mientras que el frijol, cacao y café se utiliza para comercializar, también tienen cría de cerdos, gallinas y algunas familias crían ganado y chivo, que comercializan. Algunos indígenas Wiwa tienen trapiches y fondos para producir panela, cultivos de café y casi todos son propietarios de árboles de aguacate cuyos frutos se venden. Cada familia puede tener varias parcelas pequeñas a diferentes alturas en la sierra con la finalidad de poder tener diferentes tipos de cultivo según la variedad climática: en clima frío siembran papa, arracacha, batata, entre otros.

En algunas regiones los hombres producen el fique (maguey), con la fibra se hacen chinchorros, mochilas y lazos o icos; también comercializan algunas libras de maguey que es utilizado en la elaboración de mochilas. Al igual que los kunogua (banca para sentarse), sombreros y la tela para los vestidos, con material de algodón hilado en uso. El trabajo asalariado o de jornal, ocupa un renglón importante dentro de su economía. Además también se apoyan en la caza de animales, la pesca y el tejido.

Por lo general, tienen clasificados los cultivos en diferentes pisos térmicos, en la actualidad las cosas ahora son diferentes, ya que gran parte de la población ha perdido gran parte de su territorio.

Las mujeres realizan todo el proceso de hilar el fique o algodón para luego tejer las mochilas y se encargan de los oficios de la casa. El padre, la madre, la abuela, el abuelo, el tío y la tía les enseñan a los niños y las niñas la importancia del trabajar el fique como artesanía tradicional, a tejer mochilas y sombreros, y a pescar en los ríos. Las niñas ayudan a sus madres en los oficios de la casa.

2.1.4.1. El Vestido

Los hombres llevan pantalones anchos y camisas blancas, denominado chamarra, que ellos mismos tejen. Tres mochilas, terciadas que son tejidas por las indígenas, en fique y algodón, una de uso personal (mediana), otra de uso variado (grande), otra pequeña para guardar el dinero o la aseguranza, su calzado son alpargatas, que ellos mismos elaboran con suela de caucho de llanta y correas de cuero curtido, que cruzan en la parte superior del pie, es una especie de sandalias que también las hacen de hilo o lana, el sombrero de caña, es elaborado por ellos mismos. El poporo (calabazo pequeño) también hace parte indispensable de su atuendo y muchas manillas. (Coronado, 1993, p.16)

La mujer también usan vestido de tela blanca, que consiste en dos mantas de algodón cruzadas que es sujeta por una falda ancha que da varias vueltas, a la cintura ceñida en forma cruzada, con un fajón de color rojo, siempre con sus mochilas elaboradas por ellas mismas y terciadas sobre la manta, algunas llevan collares de chaquira como adorno personal y siempre andan descalzas. , es indispensable el uso de collares. Es común verlas

con las buza, la cual es utilizada para cargar a los niños cuando están pequeños, o van de viaje. Las niñas usan el paño blanco en señal de ser aún niña.

2.1.5. Aspectos Culturales

Después de la primera menstruación, la niña es colocada en un rincón durante ocho días, mirando hacia la pared, sin mirar a nadie. El niño después de los 13 a 14 años se le entrega el poporo, si lo desea sigue consumiéndolo, si desea puede dejarlo, por lo general este es importante en toda su vida.

El Poporo es un instrumento utilizado por las comunidades de la Sierra Nevada como símbolo de responsabilidad, simboliza a la mujer del portador, lo cual lo convierte en uno de los elementos más sagrados para el indígena de esta zona. Está formado por una calabaza amarga, una vara de madera que va introducida dentro del calabazo al cual en su interior se le echa cal, que es sacada de las conchas y caracoles del mar. (Conchacala, 1993, p. 27-29; Reichel-Dolmatoff 1985, p. 199-200)

El Poporo es importante, puesto que representa el paso de niño a hombre. Este se le es entregado al joven, después de su primera experiencia sexual con una mujer. El poporo no solamente representa la maduración sexual del género masculino, sino que también representa la sabiduría y el conocimiento que alcanza un hombre al llegar a esta etapa de su vida. Por tal razón, lo que pretenden los hombres con el Poporo es plasmar sus pensamientos. Podría decirse que entre más grande sea el Poporo, más sabio se considera a la persona que lo posee. (Murillo, 1997, p. 145-147; Reichel-Dolmatoff, 1985, p. 199).

Los Mamo se encargan de hacer cumplir las normas dictadas por Seránkua, las cuáles son están basadas esencialmente en el buen comportamiento, referente a “*no hacer maldad*”

según el Mamo. Cuando una persona atenta contra esas normativas, entonces, el Mamo entra en escena y le hace caer en cuenta a la persona de su error, con el fin de darle la oportunidad de reivindicarse con la comunidad, para que no sea rechazado. Aquí se evidencia un proceso pacífico y conciliador, donde se propugna porque no hayan riñas, y se pretende más bien es dar consejos a las personas para que cambien su actitud. Cuando un error ha sido muy trascendente, o lo ha repetido muchas veces, entonces, la persona recibe un castigo, el cual es impuesto, ya no por el Mamo, sino por Seránkua, debido a que este castigo no es impuesto física sino espiritualmente, y se manifiesta a través de la enfermedad.

2.1.5.1. Los sitios sagrados y el pago

Dentro la visión wiwa del territorio, uno de los elementos más importantes es el de los sitios sagrados, los cuales, establecen un comportamiento social y un sistema de relaciones desde donde se construye y se reconstruye la tradición. Estos sitios se encuentran distribuidos por todo el territorio, y su poder e importancia radican en que Serankua, en tiempos antiguos depositó un elemento y un guardián dueño de cada cosa que existe en la Sierra Nevada y en el mundo. Estos lugares, se encuentran conectados a través de la línea negra, la cual demarca, y al mismo tiempo posibilita representar una parte del territorio sobre el cual hoy en día no se maneja ningún tipo de dominio.

De aquí que la Sierra, sea representada como una integralidad entre sus partes. Sin embargo, dentro de los procesos de construcción del territorio, la línea negra no sólo interconecta los distintos puntos sagrados de la Sierra Nevada y la que logra su integralidad en términos culturales, sino que existen también una sucesión de prácticas y

territorialidades unidas y ordenadas a través de lo sagrado entre los pueblos de cada cuenca, desde donde se construye el territorio y las imágenes que lo sustentan. Todo esto, es el resultado de unos microprocesos, es decir unidades más pequeñas de formación social de un individuo al interior de un grupo, desde los que se teje una aceptación colectiva de lo sagrado. Este proceso articula, asegura y fortalece un sistema de representación más amplio, en donde los sitios sagrados reactivan constantemente estas territorialidades.

En otras palabras, es lo sagrado lo que reproduce las formas más específicas de territorialidad, adjuntándolas a un sistema macro de representación territorial. Esto permite pensar, que la Sierra Nevada no es homogénea territorialmente hablando, porque para serlo es necesaria la existencia de una serie de lugares que fragmentan el territorio, haciendo unos lugares más importantes que otros, en el sentido de que intervienen más activamente en la construcción de tales imágenes.

De ahí que los sitios sagrados, son los pilares que sostienen y reproducen constantemente las imágenes que construyen el territorio. Esto impone la necesidad de considerar una serie de micro territorios o, más específicamente, de unas micro territorialidades relacionales que se imbrican constantemente y que surgen de la interacción entre la vida doméstica de la gente y su entorno. La construcción del territorio no depende sólo de la relación empírica con él, en sus distintas modalidades, sea a través de las actividades económicas o sociales, sino que también resulta de la posición que asuma el sujeto que lo imagina con respecto al resto de las representaciones diferenciadas con las que interactúa.

La forma como se asume el territorio entre los wiwa, obedece a un proceso histórico, en el que el espacio sagrado se transforma en un texto codificado que sólo los mamó pueden leer. Sin embargo, este texto no se lee entre líneas y párrafos porque de hecho no posee

letras ni palabras, sino que se lee a través de lugares y objetos distribuidos por toda la geografía serrana que sirven también como marcas desde donde se retroalimentan las imágenes que construyen el territorio. En este sentido, el sitio sagrado establece un vínculo con seres que se encuentran en un pasado determinado, en un tiempo y espacio que no corresponden al actual, pero que, sin embargo, es el que posibilita su existencia y su entendimiento, moldeando el comportamiento de los sujetos a través de procesos simbólicos de socialización.

En dichos procesos el mamó juega un papel fundamental, al ser el único que, a través de rituales específicos, puede traspasar los dos mundos, en el que el sitio sagrado pasa a ser la frontera y la entrada al mismo tiempo. Estos espacios transcurren simultáneamente en el tiempo, y siempre que se hace referencia a la ley de Serankua se hace un viaje hasta al pasado, hasta el momento en que ocurrieron los hechos. El sitio sagrado es un lugar de encuentro entre dos mundos diferentes que interactúan entre sí y que se legitiman el uno al otro de manera recíproca y constante. Es decir, el tiempo de hoy, el presente, es el producto y el efecto de un mundo antiguo, espiritual, el cual encuentra su razón de ser gracias a la existencia del otro. (Córdoba, 2006)

El pago es un ritual o pacto que se realizan cuando los antiguos lo piden, como: para que el cultivo sea productivo, para las lluvias, por el nacimiento de un niño, para evitar una enfermedad.

2.1.5.2. La Vivienda

El sistema de vivienda de los wiwa consiste en un bohío en forma circular, construido con bahareque o madera y un techo cónico de paja. Sin embargo, existen antecedentes de

construcción de viviendas rectangulares y cuadradas. El primer tipo son las casas unifamiliares rectangulares, en las que se celebran reuniones y se escuchan las historias y consejos de los mamos, en las faldas y valles de la Sierra. El segundo tipo son los centros rituales o casas ceremoniales diferenciadas por sexos, es decir que se construían los bohíos para las mujeres y otros para los hombres. Están organizados en linajes patrilineales y matrilineales de acuerdo al sexo, la tendencia es a construir un solo bohío para toda la familia. (Duque et al. 2005, p. 28)

La vivienda de los wiwa es matrilocal, los techos varían algunos en forma de cono y otros en forma triangular, poseen una sola puerta, no todas tienen ventanas, el piso es de tierra o barro. Su antiguo patrón de asentamiento constaba de dos bohíos en una misma parcela; un bohío para la mujer y los niños y otro para los hombres. Sin embargo, la tendencia es a construir un solo bohío para toda la familia. Los poblados Wiwa generalmente se ubican cerca de los ríos.

2.1.5.3. La Lengua

La lengua materna de los Wiwa es el damana o dimina, que pertenece a la familia lingüística chibcha y es hablado por más de mil personas. (Wikipedia). La demás parte de la población habla el castellano. De ahí que se encuentran la barrera lingüística, la lengua aborígen, se está perdiendo al darse el contacto con la otra cultura (no indígena) y básicamente en el proceso de mestizaje, lo que va estableciendo nuevas dinámicas de interculturalidad.

En la Sierra Nevada de Santa Marta, que se encuentra ubicada al norte del país, y declarada por la UNESCO como “RESERVA DEL HOMBRE Y LA BIOSFERA” presenta una forma triangular y está enclavada en los tres departamentos: Magdalena, Cesar y Guajira, actualmente habitan cuatro (4) grupos étnicos: kankuamo, arhuaco, kogui, wiwa, solo se tomará de los 4 grupos étnicos solo los 3 presentes en el departamento de la Guajira, que se distribuyen así:

GRUPO ETNICO	NUMERO	HABITANTES EN LA
	HABITANTES	GUAJIRA
ARHUACO	14.799	936
KOGUI	9.911	5.757
WIWA	1.922	80
TOTAL	26.632	6.773

Datos: censo DANE 2005

Los datos Son tomados del DANE, censo 2005, sin embargo los datos encontrados en la realidad, con el grupo étnico Wiwa, están completamente desfasados del entorno, en los censos de desplazados se encuentra mayor cantidad de indígenas pertenecientes a este grupo, y en la comunidad de origen también se encontró una cifra poblacional mayor.

La organización Wiwa Yugomaipun Bunkuanarrua Tayrona, (OWYBT) adscrita al resguardo kogui- Malayo-arhuaco, registra que en departamento de La Guajira habitan 5.127 indígenas wiwas (Censo OWYBT 2006); se encuentra que la cifra está ajustada a la

realidad Wiwa, y es el dato poblacional manejado por la secretaria de Asuntos Indígenas y por el D:P:S, seccional Guajira.

2.2. MARCO TEORICO

2.2.1. Bases Teóricas de Bienestar Social

Intentar definir y sustentar lo que es el bienestar, nos lleva a entrar en un ámbito complejo e inconcluso, ya que no existe una delimitación conceptual que permita la aclaración del término y su sustentación. (Manrique

A pesar de ser más que una búsqueda científica, un núcleo central de la existencia de los hombres, génesis de múltiples conflictos a lo largo de la historia personal y colectiva, el tema del bienestar no ha sido lo suficientemente abordado, y cuando lo han hecho, al tratar de controlar y analizar todas las variables que podrían intervenir en el constructo, se ha perdido la variable central, el verdadero meollo del asunto: el ser humano.

En una primera etapa de estos estudios, las investigaciones se centraron en correlacionar el bienestar con características demográficas como la edad, el sexo, los ingresos, la salud, etc. Actualmente las investigaciones se enfocan en entender los procesos que subyacen al bienestar, es decir, el cómo de cada una de esas experiencias, y las condiciones sociales que facilitan o dificultan su consecución.

El Bien-estar, podría hacernos pensar que se limita al mero hecho de estar bien, entiéndase, tener todas las necesidades básicas resueltas. Pero el término en inglés nos

permite percatarnos de lo complejo del asunto y de qué tanto toca la naturaleza del ser humano: Well-being (recordemos que el verbo que se asocia a este estado - ¿subjetivo?- es el verbo To Be, ser-estar). Visto así, el término implica algo dinámico, en continuo movimiento, algo que está siempre en proceso de construcción. El bienestar no es un hecho final y concluso, sino una experiencia subjetiva que se va haciendo en cada momento.

Desde este punto de vista, alguien podría tener todo lo aparentemente necesario para “estar bien”, pero, ¿es realmente feliz y pleno? Puede que tenga un exceso de bienestar tal como ha sido entendido por muchos hasta el momento, pero también puede que tenga una carencia de sentido vital, que no le permita integrarse a su entorno y encontrarse a sí mismo, y como resultado ser feliz.

Entendido así, el bienestar podría contemplarse como algo cercano a la experiencia mística del ser humano, encontrando lo trascendente como fuente de felicidad, como lo puramente humano. Csikszentmihalyi (1999), plantea que la alternativa espiritual puede ser entendida como psicológica si se parte de la premisa que la felicidad es un estado mental que las personas pueden llegar a controlar cognoscitivamente: la felicidad podría enfocarse así en los procesos en que la conciencia humana usa sus habilidades.

De esta manera, el bienestar psicológico no es simplemente la vida feliz per se sino los procesos del vivir con sus mezclas de sabores dulces y amargos; una vida que, no evita el dolor, sino que todo lo contrario, lo enfrenta y le da un significado constructivo para transformar lo doloroso y conflictivo de la vida en algo hermoso y digno de vivirse.” (Cuadra & Florenzano 2003, p. 93). Así cabría preguntarse ¿qué es lo que le permite sobrevivir a los desplazados, a los secuestrados, en general, a las personas que han sido víctimas de la violencia sociopolítica, a pesar de estar inmersas en las más terribles circunstancias? ¿Será que al perder todo lo que aparentemente sustenta y soporta al ser

humano (elementos materiales e incluso sociales) también pierde éste la posibilidad de estar bien consigo mismo y de estar feliz?

Es imposible sistematizar y encuadrar un concepto de bienestar partiendo de los meros hechos cuantitativos y observables que quizá, erróneamente, nos han llevado a creer que en ellos se encuentra el bienestar y por ende, hayamos fracasado tantas veces en su búsqueda, tanto científica como humana.

La concepción de bienestar ha atravesado por varias discusiones con respecto a su definición. Las investigaciones realizadas en los últimos diez años sobre el tema (Diener, Suh, Lucas, & Smith, 1999), (Díaz & Sánchez, 2002. Cit en: Díaz et al, 2006) han ampliado notablemente lo recopilado sobre este constructo.

Ryan y Deci (2001. Cit. en: Díaz, et al, 2006), proponen organizar los estudios en dos tradiciones: la que aborda el bienestar desde el concepto de felicidad (bienestar hedónico), y la que lo hace desde el desarrollo del potencial humano (bienestar eudaimónico).

En principio, la tradición hedónica concibe el bienestar como indicador de calidad de vida basándose en la relación entre las características del ambiente y el grado de satisfacción experimentado por las personas (Campbell, Converse, & Rodgers, 1976. Cit. en: Diener, 2000). Desde este punto de vista por ejemplo, un investigador se preguntaría por la vivencia inmediata que tiene una persona afectada por la violencia y que ha sido desplazada en relación con su ambiente actual; el bienestar sería la visión de cómo interpreta esa persona sus circunstancias actuales, lo que piensa y siente con respecto a esto.

Dentro de esta tradición, el bienestar también fue definido en términos de satisfacción con la vida, es decir, como el juicio global que las personas hacen de su vida (Diener, 1984; Diener, 2000; Veenhoven, 1994). Esta visión es a largo plazo, ya que la satisfacción es un juicio, una medida de la vida de una persona e incluiría para un sujeto que ha sido víctima

de la violencia, por ejemplo, la globalidad de su existencia, antes, durante y después de la vivencia traumática. Desde esta perspectiva, el bienestar también se ha definido en términos de felicidad, es decir como el balance global de los afectos positivos y negativos que han marcado nuestra vida, provocados por una experiencia inmediata, tal como ya lo habían concebido Bradburn (1969) y Argyle (1992) (Cit. en: Diener, Lyuvomirsky & King, 2005). En este caso, se tendrían en cuenta los aspectos fundamentales de la vida del sujeto y los afectos provocados por estas situaciones.

La tradición en torno a la eudaemonía o auto-realización, tuvo un gran impulso con la teoría de la motivación de Abraham Maslow o el funcionamiento pleno de Rogers (Cit. en: Blanco & Valera, 2007); ambas se encuentran en el fondo del bienestar psicológico, el cual enfatiza el desarrollo de las capacidades y el crecimiento personal como indicadores del funcionamiento positivo. Esta tradición heredera de las propuestas de Vygotski y de Bruner, nos presenta a un sujeto más activo, planificador, dueño de sus actos y sus intenciones.

Así desde la perspectiva de la psicología, el concepto de bienestar, según Blanco y Díaz (2005), ha sido abordado en torno a dos dimensiones básicas: el bienestar subjetivo y el psicológico que nos remiten a las dos tradiciones mencionadas anteriormente, la hedónica y la eudaimónica, respectivamente.

Sin embargo Keyes (1998), Blanco y Díaz (2005), plantean la imposibilidad que tiene el ser humano de ser feliz en el vacío, sin un tejido en el cual pueda referenciarse, debido a que éste no puede abstraerse de la realidad y mucho menos olvidar el contexto social en el que se encuentra inmerso. Por esta razón, surge el interés por estudiar el bienestar social. Así, no sólo se tiene en cuenta la vivencia particular del sujeto doliente, los afectos que las situaciones le generan, etc., o sus intentos por autodesarrollarse, sino que se contemplaría

aquello relacionado con su núcleo social y la forma en que éste se vincula con los otros, sean miembros de su familia o de la comunidad en la que se desenvuelve.

2.2.2. Tipos de Bienestar

2.2.2.1. Bienestar Psicológico

El bienestar psicológico es el representante de la tradición eudaimónica, idea originaria de Aristóteles (Cit. en: Villar, Triadó, Solé & Osuna, 2003), quien consideraba que la felicidad consistía en la realización del daimon o verdadera naturaleza de cada persona.

Esta tradición diferencia la felicidad del bienestar, y propone que, a pesar del placer que produzca el logro de cosas valoradas por la persona, éste no siempre conduce al bienestar. Esta concepción sitúa al bienestar, no en las actividades que proporcionan placer o nos alejan del dolor, sino en el proceso y consecución de aquellos valores que nos permiten ser auténticos y crecer como personas (Villar et al. 2003).

Ryff y Singer (1998b), consideran que el bienestar psicológico es distinto de las categorías del bienestar subjetivo, porque la satisfacción no es el elemento articulador, sino más bien la realización del potencial humano, el cual se logra a través del propósito en la vida, logro de metas y el establecimiento de relaciones de confianza con el otro. Existen diversas investigaciones (Keyes, Ryff & Shmotkin, 2002), que resaltan que sentirse satisfecho con la vida y tener predominancia de afecto positivo, no es condición necesaria para sentirse realizado.

El concepto de bienestar psicológico ha sido objeto de diversas discusiones. Tradicionalmente, ha sido concebido como el componente cognitivo de la satisfacción con

la vida. Para Diener, Suh y Oishi (1997. Cit. en: Casullo, 2002, p. 12), el bienestar psicológico,

[...] indica la manera en que una persona evalúa su vida, incluyendo como componentes la satisfacción personal y vincular, la ausencia de depresión y las experiencias emocionales positivas. El componente cognitivo, a los efectos de la investigación científica, parece más relevante, dado que su principal característica es ser estable, se mantiene con el tiempo e impregna la vida global de los sujetos.

Diener (1994. Cit. en: González, Montoya, Casullo, & Bernabéu, 2002), considera que el bienestar psicológico es estable a largo plazo, pero varía en función de los afectos (positivos o negativos) predominantes. Para Veenhoven (1991. Cit. en: Casullo, 2002), la satisfacción no es inmutable ni temporalmente estable, porque aunque ésta requiere de una reevaluación permanente, las personas no actualizan constantemente su juicio acerca de su satisfacción, a menos que estén obligadas a hacerlo.

Casullo (2002), apoya la concepción del bienestar como componente cognitivo de la satisfacción y, considera que es una vivencia que depende de variables ambientales y subjetivas, y que su percepción no es igual en diferentes situaciones.

Respecto a la relación entre personalidad y bienestar psicológico, Castro (2002), encontró en una investigación realizada con estudiantes universitarios, que sí existe una relación entre ambas variables y que ésta puede darse desde tempranas edades. Los resultados también mostraron que los adolescentes con una actitud optimista ante la vida, eran más activos, modificadores del entorno, lógicos, racionales, seguros de sí mismos, asertivos y decididos, poseían una satisfacción superior al promedio en la mayoría de las áreas vitales (familia, estudios, amigos, salud, nivel de vida). Por el contrario, los jóvenes

pesimistas frente a la vida mostraron una tendencia a acomodarse pasivamente ante lo que les sucede, eran menos racionales, muy subjetivos en el procesamiento de la información, presentaban conductas de asilamiento, inseguridad, docilidad y poseían un grado de insatisfacción general en todos los ámbitos de su vida.

Ante la concepción tradicional del bienestar, que lo operacionaliza a través de los índices de afecto positivo o negativo, ausencia de malestar, ignorando los significados y características personales que afectan el bienestar, Ryff (1997, cit. en: Ballesteros, Medina & Caicedo, 2006, p 154), plantea una mirada distinta al bienestar psicológico, definiéndolo “*como el esfuerzo por perfeccionarse y la realización del propio potencial*”. Entendido así, el bienestar psicológico estaría estrechamente relacionado con tener un propósito en la vida, con un esfuerzo por afrontar las dificultades que se presenten y por conseguir las metas propuestas, mientras que el bienestar subjetivo está relacionado con sentimientos de relajación, ausencia de problemas y de presencia de sensaciones positivas (Villar, et al, 2003). Desde esta perspectiva, el bienestar psicológico centra su atención en el desarrollo de las capacidades y el crecimiento personal, concebidas ambas como los principales indicadores del funcionamiento positivo (Blanco, 2007).

Ryff (1994. Cit. en: Casullo, 2002), considera que el bienestar psicológico varía según la edad, el sexo y la cultura. Respecto a la edad, Ryff, Keyes y Hughes (2003), afirman que algunas dimensiones del bienestar psicológico, como propósito en la vida y crecimiento personal, disminuyen a medida que aumenta la edad, mientras que las dimensiones del dominio del entorno y relaciones positivas aumentan con ésta. Por otra parte, la autoaceptación no mostró diferencia en cuanto a esta variable. Estos resultados son respaldados por las investigaciones realizadas por Cruz, Maganto, Montoya y González (2002), quienes encontraron que las puntuaciones totales en las escalas de bienestar

aplicadas a adolescentes españoles, disminuían en los que tenían menor edad y aumentaba en aquellos de mayor edad, esto les permitió concluir que el bienestar tiene un componente evolutivo.

Respecto a la cultura, estudios transculturales realizados por Diener y Diener (1995. Cit. en: Ballesteros et al, 2006), muestran la influencia del contexto social y cultural en la evaluación de la propia satisfacción o bienestar, y especifican que las condiciones adversas no necesariamente alteran el juicio global de afecto positivo cuando éste es el predominante en el grupo social evaluado.

Basándonos en la revisión realizada de las teorías e investigaciones del bienestar psicológico, podemos concluir que no existe un concepto único de éste, ni existe una congruencia en los datos de ciertas investigaciones, especialmente las que se relacionan con la influencia de los contextos culturales en la percepción del Bienestar Psicológico. Sin embargo, para esta investigación, nos basaremos en la teoría del bienestar psicológico planteado por Ryff (1989) y sus respectivas dimensiones.

Pero antes de profundizar en cada una de ellas, es necesario hacer una última distinción entre el bienestar psicológico, calidad de vida, motivación y resiliencia.

Para Moreno y Ximénez (1996. Cit. en: Ballesteros et al, 2006), el bienestar psicológico abarca habilidades para enfrentar situaciones difíciles, sistemas de apoyo social e integración de la comunidad. Mientras que la calidad de vida está relacionada con las condiciones estructurales y culturales de las sociedades y con los cambios derivados de la etapa del período vital.

Respecto a la relación con el concepto de motivación y resiliencia, son varios los autores que han estudiado cómo la motivación puede ser factor predictor del bienestar psicológico y han encontrado que personas con alta motivación tienen más posibilidades de alcanzar

metas que quienes tienen baja motivación (Ballesteros et al, 2006). El concepto de resiliencia se ha relacionado con la capacidad para predecir y evitar resultados negativos a pesar de situaciones de riesgo, a mantener la competencia bajo situaciones de estrés y a la recuperación del trauma. Aunque no hay estudios que establezcan una relación entre resiliencia y bienestar psicológico, *“es evidente que ser resiliente resulta básico para el bienestar”* (Ballesteros et al, 2006, p 242). A pesar que las personas resilientes pueden experimentar una experiencia que perturbe su salud mental, éstas pueden mantener un funcionamiento estable, enfrentarse a las adversidades que en otras circunstancias normales no lo harían, así como generar experiencias y emociones positivas (Bonanno, 2004).

2.2.2.2. Dimensiones del Bienestar Psicológico

Buscando los puntos de convergencia entre todas estas formulaciones, Ryff (1989a; 1989b), sugirió un modelo multidimensional de bienestar psicológico compuesto por seis dimensiones: auto-aceptación, relaciones positivas con otras personas, autonomía, dominio del entorno, propósito en la vida, y crecimiento personal. Según este modelo, el bienestar psicológico se desarrolla durante toda la vida, y está dirigido a la perfección, que representa el desarrollo del verdadero potencial de cada individuo. (Ryff & Singer, 2001. Cit. en: Ballesteros et al, 2006).

a. La auto-aceptación: es uno de los criterios centrales del bienestar. *“Las personas intentan sentirse bien consigo mismas, incluso siendo conscientes de sus propias limitaciones. Tener actitudes positivas hacia uno mismo es una característica fundamental del funcionamiento psicológico positivo”* (Keyes et al, 2002. Cit. en: Díaz et al, 2006, p.4). Por el contrario, las personas con baja auto-aceptación *“no se sienten satisfechos con el self,*

están en desacuerdo con lo ocurrido en su vida pasada; se sienten inseguros respecto a ciertas cualidades personales; les gustaría ser diferentes de cómo son” (Ryff, 1989, p.1072).

La autoaceptación, también implica la capacidad que tiene la persona de sentirse bien con respecto de las consecuencias del pasado (Castro, 2002).

En las investigaciones realizadas por Mejía y Padilla (2000), se encontró que las mujeres desplazadas cabezas de hogar que tenían altos niveles de autoestima, confiaban más en sí mismas, y se sentían capaces de enfrentarse ante cualquier dificultad.

b. Relaciones positivas con otras personas, definida como la capacidad de mantener unas relaciones con otras personas basadas en la confianza mutua y empatía. (Ryff, 1989). Las personas autorrealizadas, sienten afecto por los demás y son capaces de brindar amor, establecer fuertes lazos de amistad y se identifican más con los otros (Ryff, 1989).

Mientras, aquellos que no poseen relaciones positivas con otros *“tienen pocas relaciones cercanas y de confianza; encuentran dificultades para abrirse y confiar en otras personas; están aislados y frustrados respecto a sus relaciones personales”* (Ryff, 1989, p. 1072).

Distintas investigaciones (Punamäki, 1990; Palacio & Sabatier, 2002), han destacado la importancia de la red social de apoyo, y como la comunidad dispone de recursos para manejar eventos traumáticos, puesto que ésta refuerza la confianza y solidaridad entre sus miembros. Asimismo Palacio y Sabatier (2002), encontraron en sus estudios realizados con desplazados colombianos, que cuantos más vínculos afectivos se establezcan, menores son los problemas de salud mental que puedan tener esta población, producto de eventos violentos.

Otras investigaciones realizadas en las dos últimas décadas (Berkman, 1995; Davis, Morris & Kraus, 1998; House, Landis & Umberson, 1988. Cit. en: Díaz et al, 2006) señalan

que el aislamiento social, la soledad, y la pérdida de apoyo social, están firmemente relacionados con el riesgo de padecer una enfermedad, desarrollar síntomas psicológicos de stress (Palacio, 2002), y reducir el tiempo de vida.

c. La autonomía. Esta hace referencia a la autodeterminación, independencia y regulación de la conducta (Ryff, 1989). Las personas con autonomía son capaces de resistir en mayor medida la presión social y autorregulan mejor su comportamiento. Según Schwartz (2000), cada persona se autodetermina, es decir tiene la libertad de decidir qué quiere ser, y luchar por las cosas que prefiere o que desea tener para su vida. *“Para poder sostener su propia individualidad en diferentes contextos sociales, las personas necesitan asentarse en sus propias convicciones (autodeterminación), y mantener su independencia y autoridad personal”* (Ryff & Keyes, 1995. Cit. en: Díaz et al, 2006, p.5).

Es decir, la autonomía es la capacidad que tiene el ser humano para mostrarse ante sí mismo y ante los demás como un ser propositivo, que comprende y participa activamente en el mundo que le rodea, que evalúa las alternativas de acción más ajustadas al contexto, en función de sus intereses y motivaciones (Blanco & Valera, 2007).

Por otra parte, las personas que poseen una baja autonomía *“están pendientes de las expectativas y evaluaciones de otras personas; asumen sin crítica las opiniones de otros cuando deben tomar decisiones importantes; ceden a la presión social para pensar y actuar de una determinada manera”* (Ryff, 1989, p. 1072).

Ryan y Deci (2000), consideran que la autonomía, al igual que mantener relaciones con los otros, son elementos esenciales para un buen funcionamiento psicológico que conduce al desarrollo personal y social.

d. El dominio del entorno, es la habilidad que tienen las personas para elegir o crear entornos favorables que les permitan satisfacer sus deseos y necesidades (Ryff, 1989). *“Las*

personas con un alto dominio del entorno poseen una mayor sensación de control sobre el mundo y se sienten capaces de influir sobre el contexto que les rodea” (Ryff & Singer, 2002, cit. en: Díaz et al, 2006).

Aquellas personas que presentan bajo dominio del entorno, presentan también dificultad para manejar los eventos cotidianos de su vida, y se consideran incapaces de modificar su entorno en función de sus necesidades (Castro, 2002). Asimismo presentan escaso sentido de control sobre lo que les rodea y no aprovechan las oportunidades que se les presentan (Ryff, 1989).

e. Propósito en la vida. Las personas necesitan tener metas y proyectos que les permitan dotar su vida de un cierto sentido (Ryff, 1989). Este no sólo aparece en ausencia de dificultades, sino que puede surgir ante situaciones críticas que cuestionan la existencia (Ryff & Singer, 1998b). Según Taylor et al., (2000, p. 105), *“los eventos estresantes de la vida pueden provocar cambios psicológicos positivos, incluyendo encontrarle significado a dichas experiencias”*. Esto va a constituir el argumento central de Frankl (2001): incluso en situaciones como las vividas en los campos de concentración, y especialmente en ellas, el ser humano necesita buscarle un sentido a su vida para poder sobreponerse al horror sin desfallecer. Incluso en medio del infierno de Auschwitz es necesario buscarle un sentido a la vida:

Mientras trabajaba, mi imaginación se escapó otra vez a conversar quedamente con mi esposa, o tal vez, intentaba escudriñar la razón de mis sufrimientos, de aquella lenta agonía. En una última y violenta protesta contra lo inexorable de una muerte inminente, sentí como si mi espíritu rasgara mi tristeza interior y se elevara por encima de aquel mundo desesperado, insensato, y por algún lugar

escuché un victorioso ‘sí’ en respuesta a mi pregunta sobre si la vida escondía en último término algún sentido (Frankl, 2001, p. 68).

Por el contrario, las personas con pocos propósitos en la vida “*han perdido el sentido de significado sobre su vida; tienen pocas metas y han perdido el sentimiento de dirección; no ven el sentido de su vida pasada; no poseen creencias que den un sentido a la vida*” (Ryff, 1989, p.1072).

El concepto de propósito hace referencia a la intención, al cumplimiento de alguna función o al logro de algún objetivo, basados en los valores de referencia de cada persona. “*Los proyectos personales son aquellas actividades que las personas piensan o planean llevar a cabo*” (Casullo, 2002, p.46).

Por otra parte, el concepto de sentido se traduce en proporcionar una razón, orden o coherencia a la existencia del individuo. La falta de sentido se ha definido como un malestar de la sociedad moderna, que si no se tiene en cuenta, puede dar lugar a síntomas de ansiedad, depresión, desesperanza o deterioro físico.

Little (1983, 1989) y Emmons (1986, 1989, 1992) (Cit. en Castro & Sánchez, 2000), basados en una perspectiva ecológica-social del comportamiento humano, sostienen que el bienestar está muy relacionado con los planes personales y los objetivos y proyectos de vida de las personas. Little (1983. Cit. en: Castro & Sánchez, 2000) señala que el mejor predictor de la satisfacción vital es el resultado del proyecto, es decir, el grado en el que los proyectos de vida se han logrado satisfactoriamente.

f. Crecimiento personal. Esta dimensión se entiende como el empeño que cada individuo tiene “*por desarrollar sus potencialidades, por seguir creciendo como persona y llevar al máximo sus capacidades*” (Keyes et al, 2002. Cit. en: Díaz et al, 2006, p.5). Las personas con alto crecimiento personal

[...] tienen un sentimiento de continuo desarrollo; se ven a sí mismas con potencial de crecimiento; están abiertas a nuevas experiencias; tienen la sensación de estar desarrollando su potencial; observan mejoras en sí mismos y en sus comportamientos a lo largo del tiempo; están cambiando en la dirección de lograr un mayor autoconocimiento y efectividad (Ryff, 1989, p. 1072.).

Por su parte, quienes poseen bajo crecimiento personal “*tienen sensación de estancamiento a nivel personal; han perdido la sensación de desarrollarse a lo largo del tiempo; se sienten aburridos y desinteresados con la vida; se sienten incapaces de desarrollar nuevas actitudes y comportamientos*” (Ryff, 1989, p. 1072).

2.2.2.3. Bienestar Subjetivo

Los estudios sobre bienestar subjetivo tienen su origen más cercano, en el cambio que los científicos sociales le dieron a la manera de abordar el concepto de calidad de vida, al incorporar de manera progresiva, componentes cada vez más subjetivos:

[...] a lo largo de la década de los sesenta, el concepto de calidad de vida se fue vinculando a una noción que incorpora medidas psicosociales de la realidad, medidas que inicialmente se denominaron "subjetivas": percepciones y evaluaciones sociales relacionadas con las condiciones de vida de las personas, y que pueden incluir aspectos tan delicados de medir como son los sentimientos de felicidad, satisfacción, etc. (Casas, 1991 p. 657. Cit. en: García 2002).

La visión del bienestar desde esta perspectiva, hace que autores como Keyes, Ryff y Shmotkin (2002), utilicen el constructo bienestar subjetivo (Subjective Well-being, SWB) como principal representante de la tradición hedónica (Blanco & Valera 2007).

Esta perspectiva subjetiva en el estudio del bienestar, es importante para países en vía de desarrollo como Colombia, dado que permite a los investigadores abordar cómo las personas, especialmente aquellas que enfrentan la dura realidad de la violencia, están interpretando estos hechos y qué estrategias psicosociales están empleando para vivir bien, en el sentido de lo humanamente sublime, en lugar de seguir contemplando como medidas de bienestar las cifras que las entidades gubernamentales consideran ser reflejo de la calidad de vida de los habitantes (desempleo, inflación, pobreza, cobertura en educación y salud, desarrollo de la malla vial, etc.).

Datos empíricos han demostrado que las variables demográficas mencionadas, poseen una escasa capacidad predictiva sobre el bienestar que manifiestan las personas. Por esta razón, las investigaciones recientes han centrado sus estudios en los procesos de adaptación y mecanismos de regulación que ponen en marcha los sujetos a la hora de hablar de bienestar.

Diener (2000), plantea que el bienestar subjetivo, como área de la psicología positiva, es actualmente estudiado tanto en sus componentes (evaluaciones cognitivas y afectivas que realizan los sujetos sobre sus vidas), como en los procesos de adaptación de las personas a sus circunstancias, la importancia de los logros alcanzados, los rasgos temperamentales y las influencias culturales sobre el bienestar. Asimismo, plantea que el Bienestar Subjetivo está influenciado por múltiples factores (Diener, 1984), entre los que cabe mencionar: variables demográficas (género, edad, raza, empleo, religión, educación, ingreso), las conductas y sus consecuencias (contacto social, eventos sociales, actividades cotidianas) y por último, las influencias biológicas (refiriéndose principalmente a cuestiones de salud física). A continuación, se presentan algunos de los elementos que subyacen al Bienestar Subjetivo.

- Los Rasgos Temperamentales:

Según Cuadra y Florenzano (2003), la personalidad es uno de los predictores más fuertes y consistentes del bienestar subjetivo. Esta relación se basa en varias teorías, entre las que se encuentra aquella que plantea que las personas tienen una predisposición genética para estar felices o no, cuya causa podría deberse a diferencias individuales innatas en el sistema nervioso.

Los estudios realizados por Tellegen (1996. Cit. en: Cuadra & Florenzano, 2003), en gemelos univitelinos y bivitelinos, evidencian una predisposición temperamental para experimentar ciertos niveles de bienestar. Este autor sostiene que el 80% del bienestar a largo plazo es heredable y estable en plazos de 10 años. Asimismo, define las felicidades promedios de las personas en un período largo (décadas), concluyendo que la herencia tiene un efecto sustancial, influenciado por un interjuego de eventos que podrían intervenir en el bienestar actual.

Otro de los modelos teóricos que estudian la personalidad en relación al bienestar, es el que se interesa por los rasgos de extraversión y neuroticismo. Costa y McCrae, (1980. Cit. en: García, 2002), al igual que Rusting y Larsen (1997. Cit. en: Diener, 2000), Watson y Clark, (1997. Cit. en: Cuadra & Florenzano 2003) y Eysenck (1967. Cit. en: González et al, 2004), postularon que la extraversión influye en el afecto positivo y que el neuroticismo, en el afecto negativo. Es decir, que las personas extrovertidas tendían a reaccionar con mayor intensidad ante los estímulos positivos que ante los negativos, mientras que en las personas con rasgos neuróticos, ocurría lo contrario.

Para Diener y Fujita (1995. Cit. en: Cuadra & Florenzano, 2003), la extraversión es un recurso que incrementa los niveles de bienestar porque es probable que ayude a los individuos a lograr cierto tipo de metas sociales, como tener amigos.

-El Optimismo:

Según Cuadra y Florenzano (2003), el optimismo es un rasgo disposicional que al parecer, media entre los eventos externos y su interpretación personal, y el cual varía en su magnitud.

Peterson (2000), considera que el optimismo involucra componentes cognoscitivos, emocionales y motivadores. Según este autor, el optimismo consiste en una característica cognitiva (meta, expectativa o atribución causal), sensible a la creencia en futuros sucesos sobre los cuales los individuos tengan fuertes sentimientos, y el cual les sirve de motivador. Desde esta perspectiva, las personas necesitan sentirse optimistas con respecto a algunos asuntos, y tal como lo expresa Peterson (2000), mantienen las esperanzas y desarrollan estrategias de acción y afrontamiento de la realidad sin negar sus problemas, lo que les permite seguir adelante.

Peterson (2000), diferencia dos tipos de optimismo: el optimismo menor y el optimismo mayor. El primero está delimitado a expectativas positivas específicas, sobre sucesos cotidianos como por ejemplo, esperar conseguir un buen sitio donde parquear. Éste, puede ser producto de una ideosincracia fundamentada en la historia de aprendizaje, y predispone al sujeto a dar respuestas adaptativas específicas, para alcanzar las expectativas que tiene ante situaciones concretas.

El otro tipo de optimismo que plantea este autor, es el optimismo mayor, que hace referencia a expectativas de tipo más abstracto y global. Al parecer, éste hunde sus raíces en una tendencia biológica transmitida por la cultura como un contenido aceptable socialmente. Esta tendencia produciría buenos deseos ante lo venidero, porque de esta manera genera un estado general de vigor y resiliencia.

Por su parte Avia y Vázquez (1999. Cit. en: Cuadra & Florenzano, 2003), definen el optimismo como la tendencia natural a esperar que el futuro traiga resultados favorables. Asimismo, consideran que es una dimensión de la personalidad relativamente estable, determinada tanto por la herencia, como por las experiencias tempranas, sin descuidar el aprendizaje de las etapas maduras. Estos autores, también diferencian varias clases de optimismo, con una perspectiva que tiende más a focalizarse en sus efectos sobre la salud mental del individuo.

De un lado, presentan al optimismo absoluto e incondicional, el cual se convierte en un escape patológico. También presentan el optimismo blando, que puede llevar a las personas a perder tiempo para llevar a cabo estrategias más protectoras. Finalmente, definen el optimismo inteligente como la forma realista de ver las cosas, con los múltiples significados que tiene la vida y que cada cual construye a lo largo de su existencia, y colectivamente a lo largo de la historia.

Desde este punto de vista, ¿será posible que en Colombia, un país con un conflicto tan largo, y con unos orígenes tan turbulentos en el proceso de su constitución como nación, hayamos creado un optimismo colectivo que nos permita hacer frente a las dificultades y mantener esperanzas en el futuro? o que por el contrario ¿hayamos caído en un optimismo absoluto, producto de la costumbre y la apatía frente a tantos hechos violentos que se haya convertido en una patología colectiva, engañosa?

- La Felicidad:

Según Csikszentmihalyi (1999), la psicología heredó parte del pensamiento de la filosofía utilitarista (en parte de las ideas de John Locke), quien considera que para la condición humana lo bueno es lo que se inclina hacia el aumento del placer o la disminución del dolor, mientras que el mal es lo opuesto. La pregunta por la causa de la felicidad va desde el materialismo extremo que la busca en las condiciones externas, hasta las respuestas espirituales (más psicológicas) que lo hacen en el resultado de una actitud mental que las personas pueden controlar cognoscitivamente.

Asimismo, este autor explora la experiencia de flujo, que define como un estado de involucramiento total en una actividad que requiere la concentración completa, es decir, un estado en el cual las personas se involucran a tal punto en la actividad que realizan, que nada más parece importarles; la experiencia es tan placentera, que las personas la realizarían aunque tuviese un gran costo, sólo por el motivo de hacerla (Csikszentmihalyi, 1999). La Teoría del Flujo indica que el bienestar estaría en la actividad humana en sí y no en la satisfacción de la meta final. Lo que el individuo hace, produce un sentimiento de flujo, que se refiere al descubrimiento permanente y constante de lo que significa “vivir”, en el que expresa su singularidad y al mismo tiempo experimenta la complejidad del mundo en que vive.

Otras de las propuestas que se han desarrollado ante el tema de la felicidad es la planteada por Cuadra y Florenzano (2003), estos autores plantean la felicidad como un estado que implica dos modos de abordaje. El primero considera la felicidad como un estado general que se alcanza a través de estados parciales o momentos de felicidad. El

segundo, la considera un sentimiento general que hace “*leer positivamente las diferentes situaciones o avatares de la vida*” (Hernández & Valera, 2001. Cit. en: Cuadra & Florenzano, 2003, p. 86).

Tal como lo expresa Myers (1993. Cit. en: Cuadra & Florenzano, 2003), las personas más felices son menos autorreferentes, hostiles, abusadoras y vulnerables a las enfermedades. Están más dispuestas a perdonar, a ser generosas, tolerantes, confiables, energéticas, decididas, creativas, sociales y cooperadoras. Este autor en sus estudios sobre la felicidad ha concluido que ésta y las relaciones afectivas cercanas se correlacionan, “*las personas reportan mayores sentimientos de felicidad cuando están con otros*” (Myers, 2000, p. 62). Según Cuadra y Florenzano (2003), la necesidad de pertenencia y de relacionarse, se basa en el carácter de protección y reconocimiento que tiene el ser humano. Por ello, el exilio y el aislamiento son los peores castigos que puede recibir una persona.

- La Fe:

La fe religiosa, la importancia de la religión y el tradicionalismo religioso, generalmente correlacionan positivamente con el Bienestar Subjetivo (Cameron, Titus, Kostin, & Kostin, 1973; Cantril, 1965; Wilson, 1960. Cit. en: Diener, 1984). Sin embargo Cameron (1975. Cit. en: Diener, 1984), encontró que la religiosidad correlacionaba negativamente con el estado de ánimo positivo. Por su parte Hadaway (1978. Cit. en: Diener, 1984), concluyó que la religión es un recurso potencial en la vida de las personas.

Otros estudios que se han realizado, indican las posibles asociaciones entre la felicidad y la fe religiosa. Myers (2000), afirma que existe mucha evidencia que revela que algunas formas de experiencia religiosa, correlacionan con sentimientos de culpa y prejuicio, pero

que en general, una religiosidad activa está asociada a varios criterios de salud mental. Las investigaciones de este autor, demuestran que las personas religiosas tienden menos a la delincuencia, al abuso del alcohol y las drogas, al divorcio y al suicidio. De igual manera, después de sufrir desempleo, enfermedad, pérdida de un ser querido, divorcio, etc., las personas de fe pueden recobrar niveles altos de felicidad.

Según Myers (2000), algunas de las explicaciones posibles a la correlación positiva que existe entre el bienestar y la fe, pueden radicar en el apoyo social que brindan las comunidades religiosas, al igual que en el sentido de significación y propósito que muchas personas encuentran en su fe.

Cantril (1954), también afirma que la fe es un aspecto importante en la vida del ser humano. Para este autor, existen cuatro rasgos que definen la naturaleza del ser humano: la motivación hacia la satisfacción; la capacidad de transformar el ambiente de acuerdo a sus deseos; la posibilidad de elegir; y la necesidad de tener fe y ser capaz de tenerla.

Cantril (1954), plantea que en el diario vivir necesitamos tener certeza, fe, sobre ciertas situaciones y para esto nos basamos en nuestras experiencias pasadas, con el fin de actuar de manera efectiva. A este tipo de certezas, las denomina absolutos funcionales, los cuales se basan en la esperanza de conseguir consecuencias satisfactorias si se actúa de manera adecuada. No son racionalizaciones, más bien son un sentido de conciencia, corazonadas.

De igual forma Cantril (1954), presenta los abstractos absolutos, que consisten en abstracciones intelectuales a las que llamamos "Ley", "Verdad", "Naturaleza" o "Dios". Estas, pierden sentido en nuestra cotidianidad, si se le da prioridad a los propios centros conductuales, a menos que prueben que pueden ser guías consistentes para actuar de manera efectiva en la consecución de la satisfacción. Para este autor, cualquier sistema

religioso está destinado a caer tarde o temprano, si las personas consideran que los abstractos absolutos no son útiles para la vida.

- El Atractivo Físico:

Parece ser que el atractivo físico se ha convertido en un medio de poder en la sociedad occidental. Algunos investigadores al partir del hecho de que los recursos ayudan a las personas a obtener recompensas, plantean que el atractivo físico puede producir bienestar subjetivo.

Diener, Wolsic y Fujita (1995), presentan los hallazgos de investigadores en el tema, tales como Dion, Berscheid y Walster (1972) los cuales encontraron que las personas más atractivas eran consideradas más afectuosas, fuertes, serenas y que se les percibía entusiasmadas con mayor frecuencia que aquellos que eran menos atractivos. Asimismo, exponen que Berscheid y Walster (1974), Curran y Lippold, (1975); Hatfield y Sprecher, (1986), comprobaron que a los adultos atractivos físicamente, les va mejor en los asuntos sociales. Por esta razón, resulta convincente que el atractivo físico pueda influir en el Bienestar Subjetivo, después de todo parece estar relacionado incluso con castigos menos severos y mayores recompensas.

Una importante cuestión relativa a la relación entre la felicidad y el atractivo físico, es la dirección causal. Se ha llegado a considerar que en lugar de que el atractivo conduzca a la felicidad, sea posible que las personas felices cuiden más su apariencia y así aparezcan más atractivas físicamente. Asimismo, es posible que las personas felices se rían más y esto haga que se les considere más atractivas. Por esta razón al momento de hablar de la relación entre el atractivo físico y el bienestar subjetivo, se debe pensar en una relación más

bidireccional que unilateral, o al menos tener en cuenta las diversas posibilidades en que se manifiesta dicha relación.

- Recursos Psicológicos:

Diversas investigaciones han demostrado que los recursos psicológicos se relacionan con el Bienestar Subjetivo. Algunos se han concentrado en abordar cómo las estrategias de enfrentamiento, pueden ser efectivas a la hora de minimizar el impacto que tienen los acontecimientos de vida adversos sobre el bienestar subjetivo, y en particular, sobre la dimensión de afecto negativo, tal como Headey y Wearing (s.f) lo expresan, ...las estrategias instrumentales (análisis lógico de las opciones, resolución de problemas, etc.) funcionan bien para episodios estresantes (o etapas de episodios) que presentan principalmente problemas cognitivos (por ejemplo dificultades financieras), mientras que las estrategias afectivas son mejores para tratar experiencias (por ejemplo conflictos en las relaciones personales) que presentan problemas emocionales... hay otro punto de vista y es que, cuando se trata de muchos sucesos, se deberían primero utilizar estrategias de regulación afectivas (“calmarse”) y luego utilizar estrategias instrumentales (Headey & Wearing, s.f, p 8).

Vaillant (2000) por su parte, presenta tres clases de mecanismos de defensa que entran en juego a la hora de enfrentar situaciones difíciles. A pesar que toma esta clasificación del DSM IV, este autor intenta realizar una lectura desde la psicología positiva. Para esto, subscribe al primer grupo de dichos mecanismos, la búsqueda de apoyo social, es decir, la forma en que un individuo busca ayuda de manera apropiada en los otros. En segundo lugar, ubica las estrategias cognitivas conscientes, aquellas que las personas utilizan de

manera intencional, para hacer lo mejor de las peores situaciones. Por último, toma a los mecanismos mentales involuntarios, que distorsionan nuestra percepción de la realidad interna y externa, para reducir la angustia subjetiva.

Para Vaillant (2000), si bien las dos primeras clases de mecanismos de defensa son superiores a la tercera por estar bajo control voluntario y poder influir en el mundo real, sus investigaciones prueban que los mecanismos involuntarios son independientes de la educación y los privilegios sociales, y además, pueden regular las percepciones de las realidades internas y externas que las personas no tienen la posibilidad de cambiar, de tal forma que estos mecanismos adaptativos, se pueden convertir en agentes transformadores de la realidad.

De esta manera, cuando las soluciones cognitivas y el soporte social están ausentes, la resiliencia psicológica, consigue una homeóstasis a través de mecanismos mentales involuntarios. Por esta razón "las defensas adaptativas son esenciales para la salud mental positiva. Las defensas reducen el conflicto y la disonancia cognitiva durante cambios inesperados en la realidad interna o externa. Si no son modificados, los cambios repentinos resultan en ansiedad y/o depresión" (Vaillant, 2000, p. 90).

Otros estudios con respecto a los recursos psicológicos son los realizados por Palomar, Lanzagorta y Hernández (2005), sobre variables psicológicas entre las que se encuentran: las estrategias de afrontamiento del estrés, motivación al logro, autoestima, locus de control, entre otras, de las cuales se encontró, que además de correlacionar con el Bienestar Subjetivo, correlacionan con el nivel adquisitivo y de consumo de las personas, y se convierten en mediadoras de dicha relación.

Estos autores, hallaron tres trayectorias a través de las cuales la pobreza ejerce su influencia sobre los niveles de bienestar. La primera de ellas, indica que la pobreza influye

sobre el bienestar subjetivo de manera directa, debido a que las carencias generan una importante insatisfacción en diversos aspectos de la vida.

La segunda trayectoria, parte de los efectos que tiene la pobreza en las estrategias de afrontamiento del estrés (las cuales se relacionan con el locus de control interno y los mecanismos de apoyo social). Al parecer, la pobreza genera en las personas estrategias de evitación del logro y las metas personales, lo que genera en ellas sentimientos de insatisfacción.

Sobre la tercera trayectoria, consideran que la baja autoestima de las personas, unida a una baja orientación hacia el logro, les genera actitudes depresivas que impactan en su bienestar. En este caso la baja autoestima, no aparece relacionada directamente con la pobreza, sino con las evaluaciones negativas que las personas hacen de su situación. (Palomar, Lanzagorta & Hernández, 2004).

- Diferencias Culturales:

Anguas (2000. Cit. en: Vera, 2001) hace un análisis de los factores del Bienestar Subjetivo en diferentes culturas del mundo, y argumenta que dependen de la cultura a la que pertenece el individuo, la cual está conformada por formas de vestir, métodos de obtención de alimentos, educación, patrones de interacción social y de crianza, creencias y patrones de comunicación. Asimismo, afirma que la cultura influye sobre los procesos psicológicos, tales como la percepción, la memoria, la inteligencia, el pensamiento y la personalidad, razón por la cual el estudio transcultural del Bienestar Subjetivo reporta diferencias existentes en la percepción de éste en diferentes contextos.

Diener (1995. Cit. en: Díaz, 2001), plantea que los estudios transculturales, muestran diferencias significativas en cuanto a los reportes ofrecidos en las diversas culturas. Las mayores diferencias encontradas, provienen de lo que llaman culturas individualistas y colectivistas. Las primeras, se presentan en aquellos países donde se enfatiza lo individual en la búsqueda del éxito, de forma tal que refuerzan la autonomía y los motivos individuales. Por su parte, en las culturas colectivistas se considera al grupo como prioridad sobre el individuo, privilegiando la armonía y el funcionamiento grupal en disminución de las emociones y motivos individuales.

De acuerdo con Diener (2000), las naciones individualistas ofrecen elevados índices de bienestar subjetivo. Sin embargo, sus tasas de divorcio y suicidio también son altas, lo que podría relacionarse con el hecho de que en estas naciones, las atribuciones acerca de los eventos que le ocurren a los individuos, tienen un carácter interno, es decir que se atribuyen a sí mismos los resultados de sus acciones, de tal forma que los efectos de los acontecimientos se amplifican, sean negativos o positivos. A esto también podría vincularse el insuficiente apoyo social que se da en este tipo de cultura. Por tanto, en los países individualistas, la mayoría de las personas reportan niveles muy cercanos a los dos extremos de la curva.

Según Díaz (2001), en los países colectivistas la estructura social es más segura, dado que existe una prioridad por los intereses del grupo, lo que podría generar menor cantidad de personas muy felices, pero menos sentimientos de depresión y soledad; llevando a que los valores se agrupen en el centro de la curva.

Por su parte Veenhoven (1994), afirma que el 81 % de las diferencias transnacionales puede ser explicado por la variación en riqueza material, igualdad social, libertad política y acceso al conocimiento.

- Concepto de Bienestar Subjetivo:

Después de dejar claro que el bienestar subjetivo es resultado de tantas interacciones, se hace necesario el uso de un pensamiento dialéctico, que nos permita dilucidar mejor la compleja dinámica entre todos estos elementos, lo que da lugar a una nueva realidad que no puede ser reducida a la suma de sus partes, ni se puede deducir aisladamente de cada una de las premisas anteriores.

Diener (2000), quien puede considerarse como el máximo representante del Bienestar Subjetivo, afirma que lo que constituye la buena vida es si ésta es deseable para las personas y si éstas consideran que están viviendo bien. El bienestar subjetivo es una definición particular de la calidad de vida, y le da la oportunidad a las personas de decidir si para ellos vale o no la pena. En últimas, este planteamiento ha sido denominado Bienestar Subjetivo, o en términos coloquiales "felicidad".

El bienestar subjetivo se define como las evaluaciones cognitivas y afectivas que una persona hace en torno a su vida. Estas evaluaciones incluyen tanto reacciones emocionales a acontecimientos, como juicios sobre satisfacción y logro. El bienestar subjetivo es, pues, un concepto amplio que incluye la experiencia de emociones agradables, bajo nivel de emociones negativas y alto nivel de satisfacción con la vida (Diener, 1984, p 34; Diener, 2000, p. 34).

Según Diener, Sapyta y Suh (1998), el bienestar subjetivo resulta del sentimiento de dominio y progreso con respecto a los logros, del temperamento particular, de la realización de actividades placenteras y de las relaciones sociales positivas.

Otros aportes realizados al concepto de bienestar subjetivo, son los dados por Veenhoven (1994, p. 91) , quien plantea que “el bienestar vendría a ser el nivel de satisfacción conseguido de acuerdo con: a) nuestras oportunidades vitales (recursos sociales, recursos personales y aptitudes individuales); b) el decurso de los acontecimientos en nuestra vida (nuestra ubicación en el continuo privación-opulencia, ataque-protección, soledad-compañía, etc.), y c) la experiencia emocional experimentada y vivida como conclusión de todo ello”.

En lo que se refiere a la preponderancia de los afectos positivos sobre los negativos, que iniciaría con Bradburn (1969), la felicidad resulta del juicio global que la gente hace al comparar sus sentimientos positivos con los negativos. Esta perspectiva es más cercana al uso cotidiano del término, en el cual se opina que una persona es más feliz cuando en su vida predomina la experiencia afectiva positiva sobre la negativa.

Tal como lo expresa Bradburn (1969), el afecto positivo y el negativo son dos dimensiones unipolares independientes, que dan cuenta de dos constructos o factores diferentes. Sin embargo, una de las limitaciones que se ha encontrado en los instrumentos que miden el afecto, según Avia y Vázquez (1999. Cit. en: Padrós, 2002), es que no permiten distinguir entre humor y emoción, ya que no se controla si la respuesta afectiva medida es una emoción (que se caracteriza por ser intensa, poco duradera, específica, consecuencia de un evento y que predispone al sujeto a actuar de acuerdo al afecto) o si se trata de un estado de ánimo, también conocido como humor o tono afectivo (menos intenso, global, duradero, difuso, no relacionado con un estímulo identificable y que no predispone a actuar de forma congruente con el afecto).

Padrós (2002) explica que los autores, al operacionalizar el afecto positivo y negativo, utilizan las medias obtenidas de todos los datos recogidos en períodos de tiempo más o menos extensos.

Según Diener (2000, p 34), existe un número de componentes del Bienestar Subjetivo, separables entre sí: a) satisfacción con la vida (juicios globales de la vida de uno), satisfacción con importantes dominios (p.e. satisfacción laboral); b) afecto positivo (experiencia de muchas emociones placenteras y buen humor), y c) bajos niveles de afecto negativo (experiencia de pocas emociones displacenteras y mal genio).

El componente afectivo, es mejor conocido como un balance hedónico constituido por un tono emocional global, determinado por el nivel individual de afecto positivo y negativo y la diferencia entre estos estados emocionales. (Bradburn, 1969. Cit. en: Kafka & Kozma, 2002).

2.3. DIMENSIONES DEL BIENESTAR SUBJETIVO.

2.3.1. Satisfacción con la Vida

Según Diener y Diener (1995. Cit. en: García, 2002), al igual que Veenhoven (1994), la primera dimensión del bienestar subjetivo, describe el bienestar como la valoración que hace el individuo de su propia vida en términos positivos, esta agrupación es la relativa a la satisfacción con la vida.

Veenhoven (1984. Cit. en: García, 2002), afirma que la satisfacción con la vida representa la discordancia que percibe el sujeto entre sus aspiraciones y sus logros, en un

rango que va desde la sensación de realización personal hasta la experiencia vital de fracaso o frustración, y lo categoriza como una dimensión cognitiva. Para Díaz (2001), la dimensión cognitiva se refiere a la satisfacción que el sujeto tiene con la vida en su totalidad o por áreas específicas como la matrimonial, la laboral, etc.

Según Brunstein (s. f), la alta satisfacción con la vida está asociada con el esfuerzo en los objetivos importantes, agradables y desafiantes. Little (1989. Cit. en: Brunstein, s.f) concluyó que el bienestar aumenta cuando los individuos están ocupados en proyectos personales significativos, estructurados, apoyados por otros, no excesivamente estresantes, y que generen un sentido de eficacia. De igual manera Emmons (1986, 1989. Cit. en: Brunstein, s. f), señala que las diferencias en el bienestar subjetivo surgen de las características particulares de los esfuerzos individuales. Así, la autoevaluación de los esfuerzos personales explicaba parte de la variación en las medidas cognitivas y afectivas del bienestar subjetivo.

En el estudio de Emmons (1986. Cit. en: Brunstein, s. f), el afecto positivo se explicaba bien valorando la importancia y la satisfacción previa a los esfuerzos personales. El afecto negativo, estaba relacionado a su vez, con baja posibilidad de éxito, sentimientos duales sobre la satisfacción del esfuerzo, y conflictos entre los esfuerzos personales. En últimas, la importancia de los esfuerzos personales y la probabilidad de éxito, explicaban las diferencias entre los individuos en el criterio de la satisfacción con la vida como un todo.

2.3.2. Afecto Positivo

Da cuenta de la percepción que tienen los sujetos sobre la benevolencia de sus estados de ánimo, tales como: sentimientos de alegría, buen humor, tranquilidad, satisfacción,

vitalidad, amistad, unión, entre otros (Clark, Watson & Mineka, 1994. Cit. en: Robles & Páez, 2003). Las personas que consideran tener un alto afecto positivo, se caracterizan por su “alta energía, concentración completa y agradable dedicación” (Watson, 1988, p. 1063. Cit. en: García, 2002). De igual manera para González et al (2004), Clark y Watson (1989. Cit. en: Pressman & Cohen, 2005), el afecto positivo se define por el nivel de energía, actividad, entusiasmo por la vida, relación agradable con el ambiente, seguridad en sí mismo, bienestar, sentimientos de afiliación, dominancia social y aventura que tengan los sujetos.

Por su parte Díaz (2001), plantea que una persona que tenga experiencias emocionales placenteras, tiene mayor probabilidad de percibir su vida como deseable y positiva. Asimismo, quienes presentan un mayor bienestar subjetivo, son aquellos en los que predomina la valoración positiva de sus circunstancias.

En oposición, (Robles & Páez, 2003; Clark & Watson, 1991b. Cit. en: González et al, 2004), la ausencia de afecto positivo es equiparable a la anhedonia, caracterizada por fatiga, bajos niveles de confianza y de asertividad, languidez, falta de interés por las cosas, etc.

Se han realizado investigaciones en torno al tema del afecto positivo y su relación con la salud física. Según Pressman y Cohen (2005), existen evidencias consistentes sobre la correlación entre el afecto positivo y la longevidad en personas ancianas, al igual que ocurre con la disminución de síntomas y dolor.

En este orden de ideas, Diener, Lyubomirsky y King (2005), realizaron una investigación basándose en gran parte de los estudios llevados a cabo hasta el momento sobre los beneficios del afecto positivo, generando varios resultados. Cabe aclarar que en dicha investigación, los autores hacen referencia a la felicidad como un estado en términos de largo plazo y al afecto positivo como un indicador a corto plazo. Entre los resultados

encontrados, primero hallaron un gran número de estudios correlacionales que mostraban asociaciones positivas entre la felicidad y el éxito en la mayoría de los dominios de la vida (trabajo, amor, salud).

En segundo lugar, las investigaciones transversales indicaron muchas correlaciones positivas entre la felicidad y el afecto positivo, y atributos deseables para la persona, propensión y conductas adaptativas (percepciones positivas sobre sí mismos y los demás, sociabilidad, conducta prosocial, creatividad, entre otras).

En tercer lugar Diener et al (2005), encontraron numerosos estudios que demostraron que la felicidad (en términos de largo plazo) precede a los resultados exitosos, y que tanto la felicidad a largo plazo como el afecto positivo, preceden a las características deseables de personalidad con las cuales guardan relación.

Por último, estos investigadores encontraron que el afecto positivo genera una serie de conductas paralelas al éxito, de tal manera que éste, podría ser el mediador que subyace a la relación entre la felicidad y la valoración cultural del éxito. En resumen, a pesar que muchas investigaciones proponen que la felicidad le sigue al éxito, el estudio realizado por estos autores, demuestra que en muchos casos, ésta precede a la consecución del mismo.

2.3.3. Afecto Negativo

Se refiere a la percepción que tienen los sujetos sobre los estados de ánimo nocivos que experimentan en su vida. El afecto negativo, involucra síntomas de malestar general inespecíficos, los cuales representan el grado en que la persona experimenta estados aversivos como angustia, enojo, temor, tristeza, preocupación, autocrítica, quejas de salud, insomnio, baja concentración, inquietud, culpabilidad y tendencia a un autoconcepto

negativo (González et al, 2004; Padrós 2002; Watson, 1988, p. 1063. Cit. en: García, 2002).

Por su parte, el bajo afecto negativo, es un estado de calma, relajación y serenidad

(González et al, 2004; Watson, 1988, p. 1063. Cit. en: García, 2002).

Asimismo, *“la presencia de un alto índice de afecto negativo se ha relacionado con: a) experiencia de emociones negativas como miedo o ansiedad, tristeza o depresión, culpa, hostilidad e insatisfacción (Watson & Pennebaker, 1989), b) actitudes negativas y pesimismo (Watson & Clarck, 1984), c) problemas o quejas somáticas (Clarck, Beck & Stewart, 1990), y d) insatisfacción y apreciación negativa de uno mismo y de los demás (Gara, et al, 1993)”* (Robles & Páez, 2003, p.70).

Fridja (1988. Cit. en: Padrós, 2002), asegura que las emociones dolorosas tienden a persistir cuando las condiciones que las han provocado también lo hacen, a diferencia del afecto positivo que tiende a disminuir cuando se prolonga la situación gratificante.

En cuanto a las investigaciones realizadas sobre el afecto negativo, se encuentra que éste ha sido incluido como uno de los elementos del Modelo Tripartito de la Ansiedad y la Depresión (González et al, 2004). Este modelo presenta una nueva categoría diagnóstica, denominada por Clark y Watson (1991. Cit. en: González et al) como ansiedad-depresión-mixta ésta aparece en la CIE-10 de la OMS, pero no en el DSM-IV-TR. Según este modelo, la depresión quedaría definida por un bajo nivel de afecto positivo, y un alto grado de afecto negativo; mientras que la ansiedad lo estaría por altos niveles de afecto negativo y de activación fisiológica, de tal manera que el afecto negativo constituye un factor general presente en los dos trastornos (Clarck et al, 1994; Clark & Watson, 1991c. Cit. en: González et al, 2004).

Otros estudios relacionados con el Afecto Negativo, se han dirigido a identificar las estrategias de enfrentamiento efectivas ante el impacto que tiene la adversidad sobre esta

dimensión del Bienestar Subjetivo. Tal es el caso de Headey y Wearing (s. f), quienes presentan cinco estrategias utilizadas por las personas, para hacer frente a las situaciones:

El análisis lógico, que implica considerar alternativas, comparar experiencias pasadas, intentar revertir la situación y ser más objetivo, reflexionar e intentar entender la situación; búsqueda de información, hablar con alguien sobre el problema (familiar, amigo, profesional); refugiarse en la fe; buscar ayuda grupos con experiencias similares.

Resolución de problemas, consiste en hacer un plan de acción y seguirlo, no actuar de manera precipitada.

Regulación afectiva, intentar ver el lado positivo de la situación, decirse cosas para sentirse mejor, apartarse de todo por un tiempo, prometerse a uno mismo que las cosas serán diferentes la próxima vez.

Enfrentamiento de evasión, guardarse los sentimientos, evitar estar con gente en general, negarse a aceptar lo que pasó, intentar reducir la tensión con vicios o adicciones.

Según la investigación de Headey y Wearing, (s. f), las estrategias instrumentales (análisis lógico y resolución de problemas) parecen efectivas para minimizar el impacto de los acontecimientos adversos en el Afecto Negativo. La regulación afectiva parece inefectiva y las estrategias de evasión son perjudiciales. Estos resultados se hicieron extensivos en lo referente a problemas financieros y de trabajo, de salud y de relaciones personales.

2.4. OTRAS CONSIDERACIONES EN TORNO A LAS DIMENSIONES DEL BIENESTAR SUBJETIVO.

Según García (2002), aunque la satisfacción con la vida y el componente afectivo del bienestar subjetivo, correlacionan al estar influidos por la valoración que realiza el sujeto sobre los sucesos que acontecen en su vida, también difieren, pues la satisfacción con la vida representa una valoración global de la vida como un todo, y el balance afectivo depende de las reacciones específicas frente a situaciones concretas de la vida.

Este autor, agrega lo propuesto por Bryant y Veroff (1984), sobre la consideración de la dimensión temporal, dado que esta distinción es importante a la hora de diferenciar medidas de bienestar subjetivo. Para estos autores, el bienestar se entiende como un proceso de valoración de la persona sobre el grado en que ha conseguido los objetivos deseados en su vida, por lo que el margen o extensión temporal es mucho más extenso que el que tiene que ver con el afecto positivo o negativo. Así, en esta perspectiva cognitivo-afectivo-temporal, la felicidad se considera tanto un estado afectivo positivo duradero, como una valoración cognitiva de tal estado durante un tiempo prolongado.

García (2002), escribe en un intento de concreción, que si se atiende al consenso generado en torno a los dos grandes componentes mencionados (cognitivo y afectivo), el bienestar subjetivo se podría definir como el resultado de la valoración global mediante la cual, a través de la atención de elementos de naturaleza afectiva y cognitiva, el sujeto repara tanto en su estado anímico presente como en la congruencia entre los logros alcanzados y sus expectativas sobre una serie de dominios o áreas vitales, así como en conjunto sobre la satisfacción con su vida.

2.5. Bienestar social

El hombre es un ser inmerso en el mundo y constituyente de éste, por lo tanto no puede ser entendido sino en términos de esta dialéctica social-humana. Teniendo en cuenta esta realidad fundamental, se empieza a cuestionar sobre el concepto de bienestar, que necesita de una dimensión social que lo sustente: “*El bienestar no puede ser entendido al margen de los lazos que nos unen a otras personas (Erikson, 1996), de los patrones de participación y contribución social (Allardt, 1996), y de la cercanía y el calor de la pareja y la familia (Diener, 1994)*” (Blanco & Díaz, 2005, p. 4).

Aunque la idea de rescatar una perspectiva social del bienestar es muy nueva, ésta ya se había vislumbrado muchos siglos atrás a partir de los postulados aristotélicos y sus trabajos realizados sobre política y economía, donde plantea que “*el bienestar es la esencia y el bien supremo de la comunidad política (Estado)*” (Cuevas, 1998, p, 13).

Cuevas (1998), plantea que este principio fundamental de Aristóteles se puede reducir en tres planteamientos básicos, que son: a. Toda entidad nace con un fin determinado, que es su propia esencia. b. La comunidad política no nació para sobrevivir en el mundo, sino para mejorar la calidad de la vida. c. Dada esta condición humana, el fin y la esencia del estado es el mejoramiento, de la vida, a la vida buena.

A partir de estas premisas, Aristóteles construye una implicación teórica aún más contundente:

La fuerza irresistible del bienestar como centro de gravedad tanto del desarrollo de la comunidad política como del individuo... Pues si un individuo quiere ser feliz (tener no sólo una vida sino una “buena vida”), debe pertenecer primero a la comunidad política, y si

para ese fin un individuo puede prescindir de esta última, tal individuo no es humano, sino un Dios (Cuevas, 1998, p. 14).

A pesar de la profundidad y certeza de las ideas de Aristóteles, éstas fueron reducidas a una materialidad característica de los modelos estrictamente socio-económicos, que consideran al bienestar como mera satisfacción de necesidades.

En torno a esa concepción objetiva del bienestar social, iniciada por los conocedores de los planteamientos aristotélicos, es en la década de los sesenta cuando se inician estudios sobre el bienestar encaminados a analizar las condiciones de vida (nivel de vida o “welfare”) que asistían a éste, pero sólo desde términos económicos.

El estudio de dichas condiciones de vida privilegiaron posteriormente la introducción del concepto de calidad de vida, que según Drewnowski (Cit. en: García, 2002), es un estado de bienestar que puede ser medido en un momento específico. Desde esta perspectiva, la calidad de vida fue equiparable al bienestar económico-social, relacionándola así con indicadores macrosociales como la distribución política de los recursos y la ingeniería social.

La calidad de vida como nuevo concepto fue motor de numerosas investigaciones a partir de la década del setenta, con la aparición en 1974 del Social Indicators Research, revista especializada en el estudio de la calidad de vida y del bienestar personal, y con el florecimiento de numerosas categorizaciones de indicadores objetivos de calidad de vida que fueron apareciendo (Andrews & Withey, 1976; Bauer, 1966; Michalos, 1980; Smith, 1973. Cit. en: García, 2002), en áreas como: ingresos, salud, empleo, vivienda, condiciones del entorno, etc., los cuales reforzaron la visión económico-positivista del término y en consecuencia fortalecieron la relación de éste con el bienestar económico-social. Esta

relación en la actualidad se mantiene, siendo apoyada sobre todo por las disciplinas económicas y sociológicas.

Desde este enfoque socioeconómico Rionda (2004), articula el concepto de bienestar social, entendiéndolo como el sentimiento de conformidad y tranquilidad de un sujeto al tener satisfechas todas sus necesidades fisiológicas y psicológicas en el presente, así como contar con expectativas reales de satisfacción de sus necesidades en el futuro inmediato.

Desde esta perspectiva se toma en cuenta el factor económico, como condición determinante de los hechos sociales, y en este caso, de la percepción particular del bienestar. Esta visión, trata de evaluar el efecto de las principales variables macroeconómicas (ingreso PIB per cápita, desempleo e inflación) que impactan en los niveles de bienestar en la sociedad.

Correa (2003), evidencia que más de la mitad de la población colombiana vive en precarias condiciones y que la pobreza ha adquirido un papel fundamental en las elecciones ocupacionales de las personas, lo que restringe su calidad de vida y disminuye tanto sus oportunidades de crecimiento personal, como sus esperanzas de cambio de la realidad.. Sin embargo, la encuesta realizada por el Centro Nacional de Consultoría para la Organización Latinobarómetro de Chile, en Agosto de 2005, presentó datos que afirman que Colombia es una potencia a nivel mundial en cuanto a la felicidad de sus habitantes, lo cual indicaría que en nuestro país la estabilidad económica no sería equiparable con el bienestar de las personas, que aún en contextos de violencia y estando en situaciones de extrema vulnerabilidad, siguen permaneciendo felices.

Como vemos, el abordaje socioeconómico ha sido por décadas el más utilizado para calcular el bienestar de la sociedad que según Rodríguez (2003), se sustentó en el supuesto

de que el crecimiento económico genera desarrollo social y, como consecuencia desarrollo humano.

Pero las evidencias encontradas en las investigaciones colombianas y en estudios en naciones pobres realizados por Diener, y Diener (1995. Cit. en: Cuadra y Florenzano, 2003), indican que el bienestar económico no puede ser sinónimo de bienestar social, y mucho menos de bienestar psicológico, ya que al contemplar solo la faceta económica a nivel cuantitativo, no sería suficiente para alcanzar a comprender esa necesidad humana de ser parte de una estructura social, de sentirse integrado, de percibir a su gobierno y a su país como generador de oportunidades y en general considerar el bienestar social, como algo más que acumulación de riquezas o satisfacción de necesidades básicas. Según Rodríguez (2003), el bienestar económico para acercarse al bienestar social y al bienestar psicológico no debe entenderse como fin en sí mismo, sino como un instrumento puesto al servicio del ser humano y de la sociedad a la cual pertenece.

Incluso la psicología como disciplina social y humana ha considerado el bienestar como un exceso de sentimientos positivos, donde el funcionamiento psicológico personal adecuado corresponde a la mayor presencia de atributos positivos que negativos. Sin embargo, aunque los modelos existentes acentúan características privadas del bienestar, los individuos permanecen encajados en estructuras sociales, comunidades, tareas y desafíos sociales incontables.

En este sentido autores como Keyes (1998), Blanco y Díaz (2005), han realizado un gran aporte en el abordaje del bienestar social, al recuperar la dialéctica hombre-mundo social, mencionada anteriormente, y considerar esta perspectiva como básica e indispensable para la comprensión de la inseparable díada. *“El bienestar social es un concepto contingente con la historia, y vinculado a unos determinados sistemas de valores, de normas y de creencias,*

a unas estructuras sociales específicas y, en definitiva, a un determinado contexto socio-histórico” (Rodríguez, 2003, p. 7).

Estos autores intentan probar un modelo social del bienestar que no sólo de indicios de salud mental, sino que también reflejen una salud social positiva. Es así como Keyes (1998), propuso la inclusión de una nueva instancia del bienestar: la dimensión social. Éste, se entiende entonces como: *“la valoración que hacemos de las circunstancias y el funcionamiento dentro de la sociedad”* (Keyes, 1998, p.122). *“Es la necesidad de tomar en consideración lo individual y lo social, el mundo dado y el mundo intersubjetivamente construido, la naturaleza y la historia”* (Blanco & Díaz, 2005, p. 20).

2.6. DIMENSIONES DEL BIENESTAR SOCIAL

2.6.1. Integración social

“Es la evaluación de la calidad de las relaciones que mantenemos con la sociedad y con la comunidad” (Keyes, 1998, p. 122.). Es decir, consiste en la sensación que tienen los individuos de ser parte de la sociedad, de tener algo en común con quiénes constituyen la realidad social. La integración social se dibuja en los conceptos de cohesión social (Durkheim), extrañamiento cultural y aislamiento social (Seeman), y sentido de clase (Marx).

Según Durkheim (Cit. en: Keyes, 1998) la coordinación social y la salud reflejan las conexiones del individuo con los otros, a través las normas que indican su cariño para la sociedad.

El extrañamiento o extrañeza, según Seeman (Cit. en: Keyes, 1998), es el rechazamiento de la sociedad o la sensación de que sociedad no refleja valores propios ni la forma de vida. El aislamiento social es la interrupción de relaciones personales que proporcionan el significado y la ayuda. Como el concepto de Marx del sentido de la clase, la integración social exige el percibirse miembro y del colectivo.

Según Keyes (1998), la integración social debe ser entendida como el sentido de pertenencia y de inclusión en la sociedad, que posibilita la construcción de lazos sociales como la familia, amigos, pareja, etc. Una de las variables que en este nivel tiene más consistencia, es el estado marital.

Los resultados de diferentes investigaciones (Lee, Seccombe & Shehan, 1998. Cit. en: Díaz, 2001), han mostrado que las personas casadas o en unión libre presentan mayores niveles de felicidad que las que nunca han estado casadas, unidas, divorciadas, separadas o viudas.

Por otra parte, Buitrago, Cortés y Hennessay (1999), destacan el papel de la familia en contextos violentos. Estos autores plantean que cada ambiente familiar genera un estilo único para tratar los asuntos cotidianos y rutinarios, y desarrolla sus propios procesos de relaciones interpersonales, siendo la familia la unidad de intercambio emocional, cuyo equilibrio repercutirá en la estabilidad de cada uno de los miembros.

Asimismo, Forero (2004), ha encontrado que los vínculos familiares de las personas desplazadas en Colombia, se fortalecen después de la vivencia traumática. Así, la familia se convierte en el principal motor de empuje y fuente de alegría dentro de la nueva situación que estas personas viven.

Según Ridder y Schureurs (1996. Cit. en: Díaz, 2001, p. 123), además de la familia, los grupos de referencia como los vecinos y la comunidad, “*generalmente constituyen*

poderosas fuentes de apoyo emocional, informativo e instrumental para las personas”. En este sentido, sería fundamental entonces, el apoyo de las instituciones, los grupos y las comunidades receptoras de las poblaciones en situación de desplazamiento, sobretodo en el periodo de adaptación, establecimiento e integración como nuevos miembros de éstas.

2.6.2. Aceptación social

Implica la experimentación del disfrute por pertenecer a la sociedad, en cuanto a la aceptación y confianza de los otros, así como de la propia vida. Los individuos que ilustran la aceptación social confían en otros, piensan que los otros son capaces de ser amables, y creen que la gente puede ser diligente. Las personas con aceptación social tienen puntos de vista positivos sobre la naturaleza humana y se sienten cómodos con otros. (Horney, 1945. Cit. en: Keyes, 1998).

Según Keyes (1998), la aceptación social es el análogo social de la aceptación personal: La gente que se siente bien con su personalidad y es capaz de aceptar los aspectos buenos y malos de sus vidas, tiene una buena salud mental (Ryff, 1989). Por lo tanto, la aceptación social de otros puede ser el complemento social de la aceptación de sí mismo, lo cual indicaría, que si uno es capaz de aceptarse a sí mismo, también tiene la capacidad de aceptar a los otros como son.

En este sentido Blanco y Díaz (2005), complementan los planteamientos realizados por Keyes (1998), argumentando que, así como es necesario sentirse parte de la sociedad, es también fundamental que esa pertenencia social se disfrute, al menos, en dos dimensiones: en la confianza y aceptación de actitudes positivas hacia los otros, además de la aceptación hacia la propia vida.

Según Barón y Byrne (2005), al hablar de aceptación de actitudes propias, es necesario mencionar los conceptos de autoestima y autoeficacia. El primero se refiere a la evaluación positiva que uno hace de sí mismo y el segundo, a la evaluación que hace la persona de sus competencias o habilidades para emprender acciones o alcanzar metas, a partir del contacto con los otros, las cuales guían considerablemente el comportamiento.

Con estos dos conceptos, los autores proponen que, es fundamental establecer una relación de confianza y aceptación con los demás como forma de convivir sanamente, pero también como la única posibilidad que tenemos para constituirnos y aceptarnos a nosotros mismos como seres capaces y valiosos.

2.6.3. Contribución social

Es la evaluación del valor social e incluye la creencia de que “se es un miembro vital de la sociedad, y que se tiene algo útil que ofrecer al mundo” (Keyes, 1998, p. 128). Para un individuo no basta con sentirse parte de la sociedad, sino que además debe ser activo dentro de ésta y que su aporte sea reconocido por parte de los otros, por tanto es sinónimo de utilidad, provecho, eficacia, interés y de servicio al bien común.

Según Keyes (1998), la contribución social se asemeja a los conceptos de la eficacia y responsabilidad. Auto-eficacia es la creencia que uno puede tener ciertos comportamientos y puede lograr objetivos específicos. Responsabilidad social es la designación de las obligaciones personales que contribuyen a la sociedad. Refleja en qué grado la gente siente que lo que hace es valorado por la sociedad, incrementando la contribución a ésta.

En un sistema social es necesaria la acción y participación, tanto del individuo, la comunidad como del Estado, entendiendo a éste como una construcción histórica, que

además de constituir un conjunto de instituciones o ser un instrumento que garantiza el orden, es un “agregado de formas y relaciones de poder... que no sólo ejerce coerción por medio del uso legítimo de la fuerza, sino que alimenta consensos en torno a valores y normas de convivencia” (Archila, 2001, p. 148). Pero además de la acción del Estado en el sistema social, como se mencionó anteriormente, se hace necesaria también la acción y participación de la sociedad civil como un espacio históricamente construido en el que convergen individuos y grupos con diferentes intereses y formas de contacto e interacción.

Así se podría decir que en un sistema social el Estado es el poder supremo, pero no el único. En este sentido, Estado y sociedad civil deben entenderse como realidades construidas y fortalecidas mutuamente, puesto que sin la acción conjunta de estos actores es imposible concebir el progreso de una sociedad.

2.6.4. Actualización social

Según Blanco y Díaz (2005), es la evaluación del potencial y la trayectoria de la sociedad. Esta dimensión se centra en la concepción de que la sociedad y las instituciones que hacen parte de esta, se conducen en dirección de lograr metas y objetivos, que benefician a todos los actores sociales.

De acuerdo con Keyes (1998), la gente más sana mantiene una visión esperanzadora sobre la condición y el futuro de la sociedad y puede prever que ella, y su círculo social son beneficiarios potenciales del crecimiento social. En cambio, aquellas personas que no consideran que la estructura social facilita su capacidad y oportunidad para desarrollarse al interior de la sociedad, experimentan una falta de poder, desesperanza y más grave aún terminan cayendo en un estado de fatalismo.

Para que los actores sociales perciban la sociedad como protectora y benefactora de todos, es necesario que se cumpla la teoría planteada por Tomás de Aquino, que dice que *“la justicia debe estar atada indisolublemente con el Bienestar social”* (Cuevas, 1998, p. 17), lo que sería, la existencia de un estado de armonía social natural, que corresponda a la situación de beneficio máximo para la sociedad.

Sin embargo Cuevas (1998), afirma que la ausencia de un sistema automático que garantice la justicia en las relaciones y distribuciones sociales, lleva al Estado a perder consistencia política. Según Adelantado, Noguera, y Rambla (2000), esto se presenta porque las distintas desigualdades sociales son constituidas en última instancia por las políticas sociales, y además, son reguladas por éstas, aunque también tienen condicionantes estructurales y dinámicos que dan forma a su actuación. Dichas políticas deben privilegiar la distribución social justa para todos los actores de la sociedad, y cuando no lo hacen, conducen al enfrentamiento de sus miembros en una situación violenta, como ocurrió en el conflicto colombiano.

Amar (1992), afirma que los crónicos problemas sociopolíticos como la violencia, el narcotráfico, la corrupción, el desplazamiento, entre otros, son importantes indicadores que evidencian la urgencia de implementar nuevas políticas en Colombia que vayan únicamente en pro del desarrollo equitativo de la sociedad, las cuales permitan gestar cambios sociales, políticos, económicos y culturales, y cuya dinámica básica de funcionamiento, sea la participación de la comunidad en la búsqueda de una mejor calidad de vida para todos “Es imprescindible que en el país se instaure una democracia política como sistema fundamental regulador de las políticas sociales, que garantice el desarrollo equitativo para todos los actores sociales”(Amar, 1992, p. 23).

En este sentido Blanco y Díaz (2005), plantean que un buen ordenamiento social ayuda a mitigar los efectos del impacto de las condiciones adversas de la vida de una persona, y sirve además como garantía para construir en ella niveles placenteros de bienestar que impliquen necesariamente la presencia de condiciones positivas para la salud en general. Asimismo, los autores argumentan que la percepción que tienen las personas con respecto sus experiencias positivas y de las características las experiencias sociales satisfactorias del ordenamiento social, ayudan a constituir sólidamente nuestros procesos psicológicos, así como permiten el buen funcionamiento de éstos.

2.6.5. Coherencia social

Consiste en *“la percepción de la cualidad, organización y funcionamiento del mundo social, e incluye la preocupación por enterarse de lo que ocurre en el mundo”* (Keyes, 1998, p.123.).

Según este autor, la gente más sana no sólo le interesa estar atenta al mundo en el que vive, sino que también siente que puede entender aquello que está sucediendo alrededor de él. Tal gente no se engaña diciendo que vive en un mundo perfecto; pero mantiene y promueve el deseo de construir un sentido de vida en éste.

Asimismo, psicológicamente, los individuos más sanos ven sus vidas como significativas y coherentes (Ryff, 1989. Cit. en: Keyes 1998). Esta coherencia, puede ser un marcador de salud: los individuos que poseen una noción de coherencia en su vida, pueden mantener dicho estado cuando están frente a acontecimientos o situaciones imprevisibles y traumáticas.

Al respecto Blanco y Díaz (2005), argumentan que cuando las personas se ven expuestas a eventos traumáticos, cuando son víctimas de situaciones o contextos violentos, “*dicha experiencia adquiere tintes sombríos hacen acto de presencia síntomas de depresión, desconfianza respecto al futuro, desesperanza, y sentimientos de indefensión e inutilidad*” (Blanco & Díaz, 2005, p. 15). Sin embargo, más allá de la perturbación personal y social, o de los problemas que se enfrentan, estos autores, consideran que la clave para tener una salud mental positiva, es la acción social que emprenda el individuo frente a su contexto y la capacidad que tenga éste para modificar el medio que las rodea y de configurarlo satisfactoriamente.

En este sentido Blanco y Díaz (2005) afirman, que serían más saludables aquellas personas que tuvieran un enraizado sentido de pertenencia y contaran con vínculos sociales sólidos como apoyo. Asimismo gozarían de un mayor nivel de salud mental las personas que confían tanto en sí mismas como en los otros, y se aceptaran tal como son apropiándose verdaderamente de los aspectos positivos y negativos de sus vidas. De igual forma, tendrían una salud mental más fuerte las personas que se sintieran útiles en la colectividad y se implicaran directamente en las actividades de ésta. Keyes (1998. Cit. en: Blanco & Díaz, 2005) afirma que las personas sanas confían en el futuro de la sociedad, reconocen su potencial de crecimiento y esperan poder tomar partido de él.

2.7. EL BIENESTAR PSICOLÓGICO, SUBJETIVO Y SOCIAL, COMO INDICADORES EN EL NUEVO MODELO DE SALUD MENTAL.

Tal como ya se ha expresado antes, los actuales estudios sobre el bienestar han dirigido sus esfuerzos a comprender al ser humano de una forma integral (Blanco & Valera, 2007),

en la cual sus potencialidades, su historia, su contexto y sus interacciones, sean tenidos en cuenta, en lugar de seguir tomando como indicadores del bienestar de los pueblos, las cifras que dan cuenta de la calidad de vida en términos económicos o demográficos.

Dando un paso más allá, las escalas de bienestar permiten identificar aspectos, que si bien son relevantes para la relación del sujeto consigo mismo y su historia personal, también expresan la manera como éste se siente en lo referente a sus relaciones con quienes le rodean, en un contexto determinado. Así, el modelo compilador de estos elementos, surge como una forma novedosa de ver la salud mental.

Para Ryff y Singer (1998a), la salud mental es un constructo multidimensional, que incluye aspectos positivos y negativos, debido a que la ausencia de enfermedad no se constituye en una condición suficiente para garantizar un estado de bienestar. De hecho para Keyes (2007), erradicar la patología mental no garantiza que una población sea mentalmente saludable. Para este autor, es necesario que, más allá de los indicadores de patología en las personas, éstas presenten elementos positivos que les permitan enfrentar adecuadamente las demandas del medio.

Esta concepción, no pretende excluir los elementos negativos de la vida, dado que éstos hacen parte de ella, y en algunos casos son lo que permiten poner en funcionamiento o movilizan, todo el potencial que tiene la persona, que en otras circunstancias se hubiesen mantenido ocultos o desconocidos.

2.8. EL BIENESTAR EN EL CONTEXTO DE LA VIOLENCIA SOCIOPOLÍTICA EN COLOMBIA

El abordaje del fenómeno de la violencia sociopolítica ha sido concebido desde una perspectiva multivariable, teniendo en cuenta factores económicos, políticos y psicosociales, que nos recuerdan los distintos abordajes que ha tenido el estudio del bienestar. La violencia ha sido definida por Dujardin (1996. Cit. en: Palacio & Sabatier, 2002, p. 7) como *“una acción voluntaria para destruir la integridad física o moral de una o varias personas, y puede ser utilizada, entre otros aspectos, a nombre del interés de la nación, de la autoridad familiar, o de una ideología”*.

Entre los tipos de violencia se encuentran la sexuada, la simbólica, la privada, y la pública o política. La primera se denomina de esa forma, puesto que fue planeada por los hombres (Dujardin, 1996. Cit. en: Palacio & Sabatier, 2002); la simbólica, en la cual los intereses e ideales de los grupos dominantes se imponen al resto de la sociedad. El tercer tipo es la violencia privada, presente en grupos reservados. Por último, sin ser menos importante, se encuentra la violencia política. Dujardin (1996. Cit. en: Palacio & Sabatier, 1999), afirma que ésta se utiliza como estrategia de cambio social, puesto que pretende integrar o excluir a las víctimas a un determinado sistema social, a través del uso del maltrato físico, moral y psicológico.

Según Moser (1998), en la última década del siglo XX la violencia pasó de ser un conflicto marginal para transformarse en una condición generalizada, presente en la vida cotidiana de la mayor parte de los colombianos. Se ha reconocido que la guerra y la violencia tienen un impacto psicosocial sobre las poblaciones afectadas. *“En la actualidad, tanto el gobierno como la sociedad civil reconocen que la violencia es el principal*

obstáculo para el desarrollo. Afecta al crecimiento micro y macroeconómico y la productividad” (Moser, 1998, p. 5).

A nivel psicológico y social, se puede decir que la violencia...cambia las relaciones interpersonales y familiares y los contamina con sus valores y su violencia: las relaciones son más agresivas, media menos la comunicación basado en el afecto y mas la comunicación basada en el poder; la comunicación verbal, tanto en niños como en adultos, se contamina con el lenguaje propio de ella y la vida familiar cambia en todos los sentidos (Botto, Carillo, Castro, Linares, & Racedo, 2000, p.15).

Sin embargo, vemos que a pesar de todas esas condiciones aparentemente desfavorables, el ser humano puede sobrevivir, adaptarse y encontrar un sentido a la vida que lo impulse a seguir adelante, a vivir bien y a sentirse satisfecho consigo mismo y con los demás. Este sentido de vida surge en relación con las actividades que realiza y que dan cuenta de su bienestar psicológico. Ejemplo de esto es cómo una persona en condición de desplazamiento, puede encontrar en las acciones que realiza en la nueva ciudad, además de la subsistencia, un motivo para continuar. Además, el estar con sus familias a pesar de haberlo perdido todo, le brinda otro incentivo para ser feliz.

Por otra parte, teniendo en cuenta que el concepto de bienestar incluye la evaluación que hacemos de nuestra vida a largo plazo, retomando elementos históricos del sujeto, es necesario hablar de la génesis y la evolución de la violencia sociopolítica en Colombia.

Bienestar Social es el sentir de una persona al ver satisfechas todas sus necesidades en materia fisiológica y psicológica, en el presente, así como contar con expectativas alentadoras que le sustenten su proyecto de vida. Los anhelos a futuro y la posibilidad de poder realizar en el inmediato, corto y mediano plazo, son de vital importancia en dicho sentir.

Desde esta consideración el Bienestar Social se traduce en la sociedad que experimentan los individuos que componen una comunidad en materia de sus necesidades desde las más vitales, hasta las más superfluas, así como las prospectivas aspiracional y su factibilidad de realización en un lapso admisible.

De igual forma el estudio de bienestar en el seno de la psicología se remonta a la década de los 60, y en su transcurso ha dado lugar a dos grandes tradiciones (Keyes, Shmotkin y Ryff, 2002): la hedónica, representada por una sólida línea de investigación que se ha ocupado del Bienestar Subjetivo y la tradición eudaemonica, centrada en el Bienestar Psicológico. La filosofía que impregna la primera de ella la resume Ed Diener, uno de los más cualificados representantes: *“la literatura sobre el bienestar subjetivo trata de cómo y por qué la gente experimenta su vida de forma positiva, incluyendo tantos juicios cognitivos como reacciones afectivas”*. (Ed Diener. 1994)

3. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

En Colombia, el fenómeno del desplazamiento forzado, como resultado de la confrontación armada en el país, que está presente en todo el territorio nacional, tiene sus repercusiones en las ciudades capitales y en las cabeceras municipales, y el departamento de La Guajira no ha escapado a dicho desplazamiento,

Los pueblos Kogui y Wiwa, históricamente se han considerado migrantes y desplazados por naturaleza, según lo expresa la OWYBT, por las siguientes razones: 1. La llegada de los españoles. 2. Misioneros capuchinos, con su proceso de evangelización. 3. Bonanza marimbera. 4. Incursión de la guerrilla en el territorio, que data del año 1.985. 5. Llegada de los grupos paramilitares en el año 1.999. 6. Bonanza cocalera (cultivo ilícito

contemporáneo). De acuerdo a los seis puntos señalados se encuentran encadenadas diferentes etapas de desplazamientos internos que han vivido los pueblos indígenas Kogui y Wiwas históricamente.

FAMILIAS WIWAS DESPLAZADAS EN LA GUAJIRA

LOCALIDAD	MUNICIPIO	NUMERO DE FAMILIAS
La Laguna	Riohacha	59
El Limón	Riohacha	47
Piñoncito	San Juan Del Cesar	87
Potrerito	San Juan Del Cesar	59
Achintikua	San Juan Del Cesar	29
Juana Vieja	San Juan Del Cesar	15
		Total Familias 296

Fuente: Datos suministrados por DPS, seccional Guajira, 2014

En la actualidad, en el municipio de Riohacha, se encuentran 47 familias, conformadas por 177 personas desplazadas procedentes de la Sierra Nevada de Santa Marta pertenecientes a la etnia Wiwa, y provenientes específicamente de la comunidad del Limón, que corresponde al municipio de Riohacha. En la cabecera municipal de San Juan del Cesar, se encuentran 84 familias desplazadas procedentes de la Laguna, Potrerito, Achintikua, Piñoncito, quienes por miedo no han retornado a sus lugares de origen, y según los relatos son los familiares de las personas asesinadas, que prefieren estar ante el

sufrimiento del desplazamiento, pero vivos, y junto a sus otros seres queridos aunque en el completo abandono y miseria.

Los líderes indígenas mayores han manifestado que se han presentado situaciones violentas que han generado desplazamientos internos y muchos lugares donde históricamente había asentamientos humanos, eran parcelas contiguas, es decir muy cercanas unas de otras, han desaparecido por completo, pero esas noticias no han trascendido en ningún momento se pueden mencionar correspondientes a al municipio de San Juan del Cesar: El Macheteao, El Rincón, La Sabana del Guasimo, el Hoyito, La Loma Del Potrero, Guimena, Borinticua y pequeñas poblaciones: El Machin, La Peña de los Indios, Potrerito, Ulago, Siminki.

De igual manera, los asentamientos humanos pertenecientes al municipio de Riohacha, se encuentra hoy únicamente parcelas en lugares donde existían poblados: Marocaso, Sabana de Joaquina, Juana Vieja, La Mucura, Guamaca, Mamarongo, Barcino, Sabana Grande, El Limón y veredas donde había parcelas contiguas: El Colorao, La Casa Embarrá, El Reparo, Matacarrua, Melautena, Michelena, tranquilidad, Valencia, Mingaga, hoy son solo matorrales y montañas, porque sus pobladores, por miedo a la violencia que trajeron consigo los foráneos, huyeron de sus propiedades, dejándolas abandonadas; por tanto, muchos de esos asentamientos humanos han desaparecido totalmente.

En lo que respecta al objeto de estudio, si bien, el planteamiento del problema ha retomado la situación de desplazamiento de las comunidades Kogui y Wiwa, que han sufrido el efecto del mismo, la comunidad que se ha desplazado hacia zonas urbanas y que ha creado asentamientos en la ciudad de Riohacha es la cultura Wiwa, por tanto el interés de la investigación, se centrara como esencia de estudio dicha comunidad.

Conscientes de la manera como el desplazamiento deteriora las condiciones de vida de las personas involucradas, ya en estado de precariedad, cuando carecen de alimentos, de servicios básicos, de un alojamiento adecuado, en alto riesgo de contraer enfermedades y enfrentados a la falta de solidaridad, el rechazo y en ocasiones el maltrato de la población y las autoridades que los recibe, lo que les genera inseguridad, desconfianza, miedo, entre otros.

Se ha considerado de gran importancia investigar en qué medida la experiencia traumática de la violencia sociopolítica pudiera afectar el sentimiento de bienestar en los ámbitos: psicológico, individual y social.

Lo anteriormente señalado, genera el trauma psicológico individual y social que le produce la pérdida de seres queridos, el despojo de sus bienes, que es el fruto del esfuerzo y una vida de trabajo, el tener que dejar su tierra, su población, por tanto no se ha tenido en cuenta lo relacionado con el bienestar, el ámbito subjetivo, psicológico y social de esas familias que no logran entender y mucho menos aceptar su nueva condición de migrantes obligados a salir desplazados de manera forzada, solo sienten el aferramiento y apego a la vida y la necesidad de luchar por el diario vivir.

3.1. Formulación del Problema

¿Cuál es el nivel de bienestar psicológico, individual y social generado por el conflicto armado, de las poblaciones indígenas Wiwa desplazada por la violencia política, que ha migrado hacia el municipio de Riohacha?

4. OBJETIVOS

4.1. Objetivo general

Describir el nivel de bienestar psicológico, individual y social, en la población indígena Wiwa desplazada por la violencia política, que ha migrado hacia el municipio de Riohacha.

4.2. Objetivos específicos

1. Identificar las características socioeconómicas de la población Wiwa.
2. Describir cual es el nivel de bienestar psicológico percibido por la población indígena Wiwa desplazada hacia el municipio de Riohacha.
3. Determinar cuál es el nivel de bienestar individual o subjetivo percibido por la población indígena Wiwa desplazada hacia el municipio de Riohacha.
4. Describir cual es el nivel de bienestar social percibido por la población indígena Wiwa desplazada hacia el municipio de Riohacha.

5. HIPÓTESIS

5.1. Hipótesis General

Existe correlación entre Bienestar Psicológico, Bienestar Social y Bienestar Subjetivo en las familias wiwa en situación de desplazamiento en el municipio de Riohacha, la Guajira.

Hipótesis Especificas o de trabajo

1. Existe correlación entre Bienestar Psicológico y Bienestar Social en las familias wiwa en situación de desplazamiento.
2. Existe correlación entre Bienestar Social y Bienestar subjetivo en las familias wiwa en situación de desplazamiento.
3. Existe correlación entre Bienestar Psicológico y Bienestar subjetivo en las familias wiwa en situación de desplazamiento.

6. VARIABLES

6.1. Definición Conceptual.

Bienestar Psicológico: se refiere a aspectos relacionados al funcionamiento positivo de las personas (Ryff, 1989). Para ello es importante ver al individuo de manera integral, teniendo a su vez en cuenta la etapa evolutiva en la que se encuentra (Ryff & Singer, 2008, citado en Rodríguez y Quiñones 2012), así como las actividades que realiza y los roles que juega dentro de un determinado contexto. Al tomar dichos factores en consideración, no podemos olvidar que las diversas etapas de desarrollo de un individuo, traen consigo retos particulares, para sobrellevarlos, la persona debe contar con condiciones o características mínimas.

Por lo tanto, cuando un individuo es llamado a realizar una evaluación de su bienestar psicológico o como lo percibe, diversos factores impactan en su noción de bienestar como son: factores socioeconómicos, laborales, relacionales y ambientales, los cuales a su vez repercuten en la evaluación que hace sobre ello. Las dimensiones del Bienestar psicológico son: autoaceptación, relaciones positivas con otras personas, autonomía, dominio del entorno, propósito en la vida y crecimiento personal.

Bienestar Subjetivo: como afirman Diener, Suh, Lucas y Smith hace referencia a “*un área general de interés científico y no una estructura específica que incluye las respuestas emocionales de las personas, satisfacciones de dominio y los juicios globales de satisfacción de vida*” (1999).

Ahora bien, éste hace referencia a lo que las personas piensan y sienten acerca de sus vidas y a las conclusiones cognoscitivas y afectivas que ellos alcanzan cuando evalúan su existencia. Generalmente el Bienestar Subjetivo se denomina “*felicidad*”, es decir esas emociones que experimenta el sujeto agradables y pocas desagradables, cuando están comprometidos en actividades interesantes y cuando están satisfechos con sus vidas; es decir lo central, es la propia evaluación que la persona hace de su vida (Diener, 2000). La dimensión del Bienestar Subjetivo es son: satisfacción.

Bienestar Social: hace alusión a la “*valoración que hacemos de las circunstancias y el funcionamiento dentro de la sociedad*” (Keyes, 1998), recientemente vertidas al castellano (Blanco y Díaz, 2005), está compuesto de las siguientes dimensiones: integración social, aceptación social, contribución social, actualización social y coherencia social.

6.2. Definición Operacional.

VARIABLES	DIMENSIONES	INDICADORES
Bienestar Psicológico	• Auto-aceptación	Auto-aceptación: las personas intentan sentirse bien consigo mismas, incluso siendo conscientes de sus propias limitaciones. (Keyes et al, 2002).
	• Relaciones Positivas	Esta concepción se refleja en los ítems
	• Propósito en la vida	Relaciones positivas: Definida como la capacidad de mantener unas relaciones estrechas con otras personas basadas en la confianza mutua y empatía. (Díaz et al., 2006). Esto se ve reflejado en los ítems:
	• Control o dominio del entorno.	
	• Crecimiento	Propósito en la vida: hace referencia a la

	Personal.	intensión, al cumplimiento de alguna función o al
	<ul style="list-style-type: none"> <li data-bbox="470 210 730 273">• La autonomía 	logro de algún objetivo, basados en los valores de
		referencia de cada persona. (Casullo, 2002). Se
		presentan en los ítems
		Control o dominio del entorno: habilidad que
		tienen las personas para elegir o crear entornos
		favorables que les permitan satisfacer sus deseos
		y necesidades. (Manríquez et al, 2007). Se refleja
		en los ítems:
		Crecimiento personal: empeño que cada individuo
		tiene “por desarrollar sus potencialidades por
		seguir creciendo como persona y llevar al
		máximo sus capacidades”. (Keyes et al 2002).
		Ítems
		La autonomía: la autonomía es la capacidad que
		tiene el ser humano, para mostrarse ante sí mismo
		y ante los demás como un ser propositivo, que
		comprende y participa activamente en el mundo
		que le rodea, que evalúa las alternativas de acción
		más ajustada al contexto, en función de sus
		intereses y motivaciones. (Blanco & Valera,
		2007, citado en Manríquez et al, p 104).Se
		presentan en los ítems
Bienestar		
Subjetivo:		
	<ul style="list-style-type: none"> <li data-bbox="470 1911 730 1974">• Satisfacción 	
		Satisfacción con la vida: que indica la valoración
		que hace el individuo de su propia vida en
		términos positivos. (Diener & Dienes, 1986).
		Integración social: “es la evaluación de la calidad
Bienestar Social:		de las relaciones que mantenemos con la sociedad
	<ul style="list-style-type: none"> <li data-bbox="470 2352 730 2100">• Integración Social 	y con la comunidad” Se reflejan en los ítems.

(Keyes, 1998).

- Aceptación Social

Aceptación social: es la experimentación de la

- Contribución Social

pertenencia a la sociedad, en cuanto a la aceptación y la confianza de los otros, así como de la propia vida. (Keyes, 1998). Se refleja en los ítems

- Actualización Social

Contribución social: es el sentimiento de utilidad, y el reconocimiento de nuestro aporte a la sociedad por parte de los otros. (Keyes 1998). Se refleja en los ítems

- Coherencia Social

Actualización social: es el sentimiento de confianza frente al rumbo de la sociedad, es pensar que está se dirige hacia un futuro prometedor de crecimiento y desarrollo. (Keyes 1998). Se refleja en los Ítems

Coherencia Social: es la capacidad que tiene el sujeto para entender la dinámica de la sociedad y su preocupación por estar informado de lo que acontece en ella. Blanco y Díaz (2005). Se refleja en los ítems

7. METODOLOGÍA

7.1. El Tipo de investigación

La presente investigación es de tipo correlacional. Según Sampieri (2004), estos estudios pretenden evaluar la relación existente entre dos o más conceptos, variables o categorías, que se encuentran en un contexto particular.

Los estudios cuantitativos correlacionales, parten de la medición individual de cada variable y posteriormente, miden y analizan la correlación entre ellas. Dicha correlación se expresa en la hipótesis sometida a prueba.

En el presente proyecto investigativo, la hipótesis sometida a prueba consistió en que no existe correlación entre el Bienestar Psicológico, Subjetivo y Social, y el Fatalismo, el Trauma y las Cogniciones Irracionales Postraumáticas, en las personas que han sido desplazadas por la violencia sociopolítica.

Para esto, se midieron cada una de las variables con sus respectivas escalas y posteriormente, los resultados obtenidos en las escalas de Fatalismo, Trauma, y Cogniciones Irracionales Postraumáticas, se correlacionaron con los resultados obtenidos en cada una de las dimensiones del Bienestar Psicológico, Subjetivo y Social, respectivamente.

7.2. Los Sujetos

A diciembre de 2012, el acumulado de víctimas de desplazamiento forzado en Colombia ascendía a 5'701.996 desde 1985, de acuerdo con las estimaciones históricas de la Consultoría para los Derechos Humanos y el Desplazamiento (CODHES). En promedio anualmente 211.178 personas se han desplazado dentro del país.

De acuerdo con estadísticas de Acción Social entre el 2010 y 2012, 62.194 personas fueron desplazadas forzosamente en el departamento de La Guajira. En esta ciudad hay 14.000 familias desplazadas que se encuentran reportadas en Acción Social, de las cuales 7.000 están asentadas en el perímetro urbano del municipio de Riohacha. Son aproximadamente 39,556 personas en una ciudad de 240.000 habitantes, es decir un 16% de la población. Observatorio Nacional de Desplazamiento Forzado. (2010). De esas 7.000 familias reportadas en el municipio de Riohacha según datos suministrados por DPS, seccional Guajira, 106 pertenecen a la población wiwa.

Por lo expuesto al inicio del presente trabajo, se tomará el nombre de los indígenas Wiwa que es un pueblo que se localiza en la vertiente nororiental de la Sierra Nevada de Santa Marta, entre los ríos Barcino y Guamaca y la cuenca del río Ranchería. Allí comparten su territorio con los Kogui o Kággaba en los resguardos de Campo Alegre (Becerril) y Kogui-Malayo-Arhuaco del Cesar y la Guajira, en donde existen pequeños asentamientos en la vertiente norte de La Sierra Nevada de Santa Marta.

La población Wiwa está conformada por 13.627 personas en total, (49,6% mujeres y 50,4% hombres), las cuales están ubicadas en los departamentos de La Guajira (60,1%), el Cesar (35,8%) y el Magdalena (4,1%), en los cuales residen primordialmente en las áreas rurales. (Mincultura)

7.3. Muestra

Las familias wiwa que se seleccionaron en el desarrollo de esta investigación como objeto de estudio, se eligieron teniendo en cuenta las características propias de las mismas, estas familias se encuentran en situación de desplazamiento, lo que indica que fueron escogidos de forma intencional y no fue una selección aleatoria.

Se tomaron como muestra 51 familias, distribuidas de la siguiente manera: 25 hogares desplazados del Limón, 4 de las colonias, 16 de potrero 6 de sabana grande; estas familias permanecen en la ciudad de Riohacha, las 55 restantes de la población mencionada en el numeral anterior 106, se acogieron al plan retorno.

7.4. Técnica(s) de recolección de los datos

Investigación documental:

Puede definirse como una parte esencial de todo proceso investigativo, se convierte en una estrategia, que permite reflexionar sobre el tema de interés. Tiene como objetivo el análisis de diferentes fenómenos, ya sean históricos, psicológicos, sociológicos, entre otros; por medio de la documentación existente sobre los mismos, los cuales aportan información a la investigación, ya sea de forma directa o indirecta. Ahora bien, en el estudio de comunidades indígenas la búsqueda y análisis de documentos juega un papel significativo en el proceso de la contextualización sobre la etnografía e historia de esta.

Encuestas:

Una encuesta es un conjunto de preguntas normalizadas dirigidas a una muestra representativa de una población, con el fin de conocer sobre un tema de interés, estados de opinión o hechos específicos. Es además, la técnica representante más destacada del método cuantitativo.

7.5. Los Instrumentos

Escala de Bienestar Psicológico (Scales of Psychological Well-Being, SPWB):

Construida por Ryff con el fin de valorar el bienestar psicológico en todas sus dimensiones, a saber: autonomía, auto-aceptación, relaciones positivas en la vida, dominio del entorno, propósito en la vida y crecimiento personal. Dada su longitud inicial (120 ítems) la escala ha sido modificada. Para mejorar las propiedades psicométricas de la escala se desarrolló una nueva versión reducida que además facilitara su aplicación, la cual consta de 29 preguntas. Con esta nueva versión, los niveles de consistencia obtenidos se mantienen e incluso mejoran (Cronbach 0.84 a 0.70).

Mostraron las escalas un nivel de ajuste excelente al modelo teórico propuesto por Dierendonk en el 2004, con una versión compuesta por 39 ítems (de 6 y 8 ítems por escala), las cuales presentan una buena consistencia interna con valores entre 0,78 y 0,81 y un ajuste relativamente aceptable ($CFI = 0,88$) al modelo teórico. Díaz, et al. (2006), adaptaron la escala al español.

Encontrando en torno a la consistencia interna que la totalidad de las escalas muestran una buena consistencia con valores Cronbach entre 0,71 y 0,83, con excepción de la escala de Crecimiento Personal cuya consistencia fue aceptable ($\alpha = 0,68$). Se resalta que pese a

este último, los valores obtenidos fueron similares a los de Dierendonck (2004, citado en Díaz et al, 2006),

Escala de Bienestar subjetivo:

Escala propuesta por Diener (2000), Compuesta por: *satisfacción con la vida*, que indica la valoración que hace el individuo de su propia vida en términos positivos (Diener y Diener, 1995). El *afecto positivo*, es la percepción que tienen los sujetos sobre la benevolencia de sus estados de ánimos (Clark, Watson y Mineka, 1994 citados en Robles y Páez, 2003). El *afecto negativo*, se refiere a la percepción que tienen los sujetos sobre los estados de ánimo nocivos que experimentan en su vida (González et al., 2004). Fue valida esta escala, en una muestra de 200 personas adultas desplazadas por la violencia sociopolítica en Barranquilla, escogidas intencionalmente, con edades comprendidas entre 18 y 77 años. La escala de Bienestar Subjetivo de Diener ($\alpha=0.68$).

Escala de Bienestar Social de Keyes (1998) (Social Well-Being Scales):

Recientemente válidas y traducidas al castellano (Blanco y Díaz, 2005). Este instrumento está compuesto por cinco escalas empleadas para medir otros tantos síntomas de salud (integración social, aceptación social, contribución social y coherencia social).

Las escalas han mostrado en diferentes estudios una buena consistencia interna con valores de Crombach comprendidos entre 0,83 y 0,69, y la estructura propuesta de cinco dimensiones ha sido comprobada mediante análisis factorial confirmatorio (Keyes, 1998; Blanco y Díaz, 2004). Fue valida esta escala en una muestra de 200 personas adultas desplazadas por la violencia sociopolítica en Barranquilla, escogidas intencionalmente, con edades comprendidas entre 18 y 77 años. Bienestar social Keyes α ($=0.70$)

7.6. El Procedimiento.

Esta investigación se desarrolló, teniendo en cuenta los lineamientos establecidos por la Universidad del Norte, división de humanidades, ciencias sociales y el programa de la Maestría en desarrollo Social. Inicialmente, se desarrolla un proceso de sensibilización con los participantes de esta investigación, con el fin que comprendan el objetivo de las actividades desarrolladas, para la producción de nuevos conocimientos a partir de la realidad evidenciada.

Por otra parte el proceso investigativo se efectuó en 5 fases:

FASE I: Revisión del estado del arte: se realizó una revisión bibliográfica, tomando como base las variables establecidas, para el desarrollo de la investigación, se caracterizará la población a estudiar y la muestra a intervenir, se iniciará con la elaboración del marco teórico.

FASE II: Recolección de datos: se seleccionaron las familias a la cuales se les aplicaría el instrumento. Se desarrollaron varias sesiones para recolectar todos los datos.

FASE III: Se procesaron los datos obtenidos de la investigación a través del SPSS en su última versión.

FASE IV: Tabulación y análisis de resultados: luego de recolectar la información se realizó un análisis correlacionando las variables y se analizaron los datos.

FASE V: Elaboración del Informe: se realizó un informe, teniendo en cuenta los resultados obtenidos en el transcurso de la investigación.

8. RESULTADOS

En esta investigación participaron 51 hogares, de la comunidad Indígena Wiwa habitantes en el municipio de Riohacha; La Guajira, pertenecientes a familias en situación de desplazamiento forzado a causa de la violencia sociopolítica en Colombia.

Los resultados muestran que las edades de quienes suministran la información o participantes se encuentran entre los 18-66 años (Tabla 1), siendo el rango entre 31 a 36 años el que más frecuencia presenta 19 de 51 personas, equivalente a un 37,2% y en segundo lugar entre 43 y 48 años, con un 15,7%.

Tabla 1

		Edad en Rangos			
		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Entre 18 y 24 años	7	13,7	13,7	13,7
	Entre 31 y 36 años	19	37,2	37,2	50,9
	Entre 37 y 42 años	6	11,8	11,8	62,7
	Entre 43 y 48 años	8	15,7	15,7	78,4
	Entre 49 y 54 años	6	11,8	11,8	90,2
	Entre 55 y 60 años	2	3,9	3,9	94,1
	Entre 61 y 66 años	3	5,9	5,9	100,0
Total		51	100,0	100,0	

Así mismo, se evidencia que participaron personas que se encuentran principalmente en el estrato 1, 50 personas correspondiente al 98% y solo una persona en el estrato 2, con el 2% restante (Tabla 2). Lo cual refleja las dificultades económicas que sufren las personas en situación de desplazamiento, quienes deben abandonar sus tierras e invadir territorios o vivir en zonas con carencias sociales.

Tabla 2

		Nivel Socioeconómico			
		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Estrato 1	50	98,0	98,0	98,0

Estrato 2	1	2,0	2,0	100,0
Total	51	100,0	100,0	

Analizando los niveles educativos del jefe del hogar, se evidencia que los participantes han cursado en su mayoría de manera completa (25,5%) o incompleta su bachillerato (21,6%), con 24 casos correspondientes al 47,1%. El segundo lugar lo ocupa la primaria completa (17,6%) e incompleta (19,6%), con 19 personas, para un total de 37,2. Lo cual demuestra que los jefes de hogar presentar en su mayoría algún nivel educativo, solo 4 de los 51 jefes de hogar no han estudiado. (Ver Tabla 3.). Por lo tanto, la escolaridad de las personas entrevistadas, refleja la realidad sociocultural de esta comunidad, donde se evidencia un creciente deseo por formarse y capacitarse.

Tabla 3

Educación Jefe del hogar					
		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Ninguno	4	7,8	7,8	7,8
	Primaria Incompleta	10	19,6	19,6	27,5
	Primaria	9	17,6	17,6	45,1
	Bachillerato	13	25,5	25,5	70,6
	Bachillerato Incompleto	11	21,6	21,6	92,2
	Técnico	3	5,9	5,9	98,0
	Tecnólogo	1	2,0	2,0	100,0
	Total	51	100,0	100,0	

En cuanto al estado civil del jefe del hogar se observa que en su mayoría viven en unión libre, 31 casos correspondientes al 60,8% y 7 son padre/madre soltero, con un 13,7%. (Tabla 4) Lo anterior evidencia que en nuestro medio son más comunes las uniones libres, que los matrimonios, y en el caso de esta comunidad específica, hay matrimonios tradicionales realizados por su autoridad indígena y no los conocidos matrimonios civiles o

religiosos, de la comunidad occidental. A su vez los padres solteros o divorciados ocupan un segundo lugar, reflejando la realidad social de las familias colombianas, donde madres o padres se han hecho cargo de sus hijos por el abandono del hogar por parte del otro cónyuge.

Tabla 4

		¿Estado civil?			
		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Soltero(a)	2	3,9	3,9	3,9
	Casado(a)	5	9,8	9,8	13,7
	Separado(a)	3	5,9	5,9	19,6
	Unión libre	31	60,8	60,8	80,4
	Viudo(a)	3	5,9	5,9	86,3
	Padre/Madre soltero(a)	7	13,7	13,7	100,0
	Total	51	100,0	100,0	

En lo referente a la ocupación, es relevante anotar que la mayoría de los entrevistados son mujeres que se dedican a las labores domésticas sea como, Amas de Casa, 38 de los 51 entrevistados, con un porcentaje del 74,5% o como Empleadas domésticas 7,8%. (Tabla 5). Lo anterior refleja que la mayoría de las personas que permanecen en el hogar, al cuidado de los hijos y las labores domésticas son las madres, puesto que eran quienes se encontraban al momento de realizar las entrevistas.

Tabla 5

		Ocupación			
		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Ama de Casa	38	74,5	74,5	74,5
	Desempleado	1	2,0	2,0	76,5
	Empleada Doméstica	4	7,8	7,8	84,3
	Madre Comunitaria	1	2,0	2,0	86,3
	Oficios Varios	3	5,9	5,9	92,2
	Otros	4	7,8	7,8	100,0

Total	51	100,0	100,0
-------	----	-------	-------

Por otra parte al indagar si la persona entrevistada nació o no en el municipio de Riohacha (Tabla 6), se observa que solo el 25,5% lo hizo y el 74,5% restante nació en un lugar diferente a la capital del departamento de la Guajira. Lo anterior corrobora la situación de desplazamiento que sufren estas familias, que debieron abandonar sus lugares de residencia y nativos, para migrar a las ciudades, en busca de mejor calidad y condiciones de vida.

Tabla 6

¿Nació en este Municipio?					
		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	SI	13	25,5	25,5	25,5
	NO	38	74,5	74,5	100,0
	Total	51	100,0	100,0	

En lo relacionado con el tiempo en que lleva viviendo en el municipio de Riohacha el 94,1%, afirma que desde hace más de 5 años debió desplazarse a esta ciudad, es decir 48 de las 51 personas entrevistadas. El 3,9%, 2 casos manifiestan que llevan entre 1 y 5 años, observándose una diferencia significativa, y que da a conocer que el proceso de desplazamiento forzado de estas familias wiwa ocurrió antes de año 2010.

Tabla 7

¿Cuánto tiempo lleva viviendo en este lugar?					
		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Menos de 1 año	1	2,0	2,0	2,0
	entre 1 a 5 años	2	3,9	3,9	5,9
	Más de 5 años	48	94,1	94,1	100,0
	Total	51	100,0	100,0	

Al abordar el tema de si las personas encuestadas se encuentran en procesos de formación educativa, el 80,4%, 41 casos, comentan que no están estudiando, solo el 19,6% (las 10 personas restantes) si están realizando algún tipo de estudio, como afirman en sus verbalizaciones algunos de ellos están terminando sus estudios de básica primaria o secundaria.

Tabla 8

		¿Estudia actualmente?			
		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	No	41	80,4	80,4	80,4
	Si	10	19,6	19,6	100,0
	Total	51	100,0	100,0	

A continuación se evidencian las correlaciones positivas y negativas más significativas, arrojadas como resultados de esta investigación.

En la Tabla que presentamos a continuación se observan las correlaciones entre Bienestar Social, Bienestar Subjetivo y Bienestar Psicológico.

Tabla 9: Correlaciones entre Bienestar Social, Subjetivo y psicológico.

		Correlaciones		
		Bienestar Social	Bienestar Subjetivo	Bienestar Psicológico
Bienestar Social	Correlación de Pearson	1	,349*	,588**
	Sig. (bilateral)		,012	,000
	N	51	51	51
Bienestar Subjetivo	Correlación de Pearson	,349*	1	,402**
	Sig. (bilateral)	,012		,003
	N	51	51	51

Bienestar Psicológico	Correlación de Pearson	,588**	,402**	1
	Sig. (bilateral)	,000	,003	
	N	51	51	51

* La correlación es significativa en el nivel 0,05 (2 colas). ** La correlación es significativa en el nivel 0,01 (2 colas).

El indicador de *Bienestar Social* registra una correlación moderada y de signo positivo con el *Bienestar Psicológico*, cuyo valor es de 0,588, y una significación del 0,01. Al analizar la hipótesis 1 (Existe correlación entre Bienestar Psicológico y Bienestar Social en las familias wiwa en situación de desplazamiento.), es aceptada y se corrobora, teniendo en cuenta que existen correlaciones en todas sus dimensiones e indicadores.

Para el caso del *Bienestar Social* y *Subjetivo* presentan entre si una correlación baja y positiva de 0,349 a un nivel de significación estadística de 0,05. Al examinar la hipótesis 2 es de igual forma aceptada, teniendo en cuenta que los resultados muestran que existen correlaciones positivas entre las variables mencionadas.

El indicador *Bienestar Subjetivo* y *Bienestar Psicológico* presentan una baja correlación de signo positivo con valor de 0,402 el cual es estadísticamente significativo al 0,01. Asimismo al analizar la hipótesis 3 que plantea una correlación entre las variables Bienestar Psicológico y Subjetivo, los datos antes mencionados corroboran dicha hipótesis.

Ahora bien, el *Bienestar Social* es el sentir de una persona al ver satisfecha todas sus necesidades en materia fisiológica y psicológica, en el presente, así como contar con expectativas alentadoras que le sustenten su proyecto de vida. Los anhelos a futuro y la posibilidad de poderlo realizar a corto o mediano plazo o de manera inmediata. Desde esta perspectiva el Bienestar se traduce en la valoración que hace el sujeto de las circunstancias y el funcionamiento dentro de la sociedad.

En cuanto al *Bienestar Subjetivo*, se inscribe, dentro de un marco fundamentalmente emocional que ha tomado diversas denominaciones, felicidad, satisfacción, afecto, que se desprenden de las condiciones en las que se desenvuelven la existencia. El *Bienestar Psicológico*, por su parte es una tradición más reciente, y ha centrado su interés en el desarrollo personal, en el estilo y manera de afrontar los retos vitales, en el esfuerzo y afán por conseguir las metas.

Además los resultados evidencian al estudiar el Bienestar de las personas, desde sus experiencias personales y subjetivas, puesto que como afirma Veehoven (1994), cada persona realiza una evaluación particular de su satisfacción, en relación con sus circunstancias vitales; de igual manera esta satisfacción, está relacionada con componentes del Bienestar Psicológico.

Tabla 10: Correlación entre variables y sus dimensiones

		Integración	Aceptación	Contribución	Actualización	Coherencia	Autoaceptación	Relaciones Positivas	Autonomía	Dominio del Entorno	Crecimiento Personal	Propósito en la Vida	Satisfacción con la Vida
Integración	Correlación de Pearson	1	,168	,078	,245	,387**	,273	,220	,134	,103	,084	,077	,092
	Sig. (bilateral)		,238	,584	,083	,005	,053	,121	,348	,471	,557	,593	,519
	N	51	51	51	51	51	51	51	51	51	51	51	51
Aceptación	Correlación de Pearson	,168	1	,348*	,350*	,480**	,403**	,549**	,299*	,282*	,112	,247	,320*
	Sig. (bilateral)	,238		,012	,012	,000	,003	,000	,033	,045	,435	,080	,022
	N	51	51	51	51	51	51	51	51	51	51	51	51
Contribución	Correlación de Pearson	,078	,348*	1	,283*	,399**	-,044	,118	,194	-,039	,339*	-,190	,083
	Sig. (bilateral)	,584	,012		,044	,004	,760	,409	,173	,788	,015	,183	,562
	N	51	51	51	51	51	51	51	51	51	51	51	51
Actualización	Correlación de Pearson	,245	,350*	,283*	1	,163	,131	,326*	,168	,196	,181	,243	,270
	Sig. (bilateral)	,083	,012	,044		,253	,360	,020	,237	,168	,205	,085	,056
	N	51	51	51	51	51	51	51	51	51	51	51	51
Coherencia	Correlación de Pearson	,387**	,480**	,399**	,163	1	,169	,409**	,271	,411**	,105	,283*	,290*
	Sig. (bilateral)	,005	,000	,004	,253		,235	,003	,054	,003	,464	,044	,039
	N	51	51	51	51	51	51	51	51	51	51	51	51
Autoaceptación	Correlación de Pearson	,273	,403**	-,044	,131	,169	1	,376**	,177	,295*	,139	,319*	,485**
	Sig. (bilateral)	,053	,003	,760	,360	,235		,007	,213	,035	,331	,022	,000
	N	51	51	51	51	51	51	51	51	51	51	51	51
Relaciones	Correlación	,220	,549**	,118	,326*	,409**	,376**	1	,187	,450**	,252	,428**	,327*

Positivas	n de Pearson												
	Sig. (bilateral)	,121	,000	,409	,020	,003	,007		,189	,001	,075	,002	,019
	N	51	51	51	51	51	51	51	51	51	51	51	51
Autonomía	Correlación de Pearson	,134	,299*	,194	,168	,271	,177	,187	1	,332*	-,015	,039	,054
	Sig. (bilateral)	,348	,033	,173	,237	,054	,213	,189		,017	,916	,787	,708
	N	51	51	51	51	51	51	51	51	51	51	51	51
Dominio del Entorno	Correlación de Pearson	,103	,282*	-,039	,196	,411**	,295*	,450**	,332*	1	-,269	,506**	,421**
	Sig. (bilateral)	,471	,045	,788	,168	,003	,035	,001	,017		,057	,000	,002
	N	51	51	51	51	51	51	51	51	51	51	51	51
Crecimiento Personal	Correlación de Pearson	,084	,112	,339*	,181	,105	,139	,252	-,015	-,269	1	,072	-,120
	Sig. (bilateral)	,557	,435	,015	,205	,464	,331	,075	,916	,057		,614	,401
	N	51	51	51	51	51	51	51	51	51	51	51	51
Propósito en la Vida	Correlación de Pearson	,077	,247	-,190	,243	,283*	,319*	,428**	,039	,506**	,072	1	,436**
	Sig. (bilateral)	,593	,080	,183	,085	,044	,022	,002	,787	,000	,614		,001
	N	51	51	51	51	51	51	51	51	51	51	51	51
Satisfacción con la Vida	Correlación de Pearson	,092	,320*	,083	,270	,290*	,485**	,327*	,054	,421**	-,120	,436**	1
	Sig. (bilateral)	,519	,022	,562	,056	,039	,000	,019	,708	,002	,401	,001	
	N	51	51	51	51	51	51	51	51	51	51	51	51

* La correlación es significativa en el nivel 0,05 (2 colas).

** La correlación es significativa en el nivel 0,01 (2 colas).

En la Tabla anterior se observan las correlaciones existentes entre la variable *Bienestar Social* y los indicadores que la componen (Integración Social, Aceptación Social, Contribución Social, Actualización Social y Coherencia Social), y las Variables *Bienestar Psicológico* (sus dimensiones autoaceptación, relaciones positivas con otras personas, autonomía, dominio del entorno, propósito en la vida y crecimiento personal) y *Bienestar Subjetivo* (su indicador satisfacción).

Entrando en detalle de los resultados, observamos que las correlaciones positivas más significativas del indicador *integración social* de la variable de Bienestar Social, se dan con los indicadores *coherencia* (Bienestar social) y *aceptación* (Bienestar psicológico), con 0,387 con un grado de significancia de 0,05 y 0,273, cuyo grado de correlación es bajo. De igual manera los niveles de correlación más bajos entre el indicador *integración social*, se dan con *Propósito de vida* (Bienestar psicológico) y *Contribución* (Bienestar social), con 0,77 y 0,78 respectivamente, sin significación estadísticas ambas.

En cuanto al indicador de *aceptación social*, se evidencia un grado de correlación moderado de 0,549 con el indicador *relaciones positivas con otras personas* de la variable Bienestar Psicológico, con un nivel de significancia neutro de 0,01; de la misma manera la *aceptación social* presenta una correlación significativa al 0,01 con *coherencia*, con 0,480. La correlación más baja entre indicador de *aceptación social* es con *crecimiento personal*, con 0,112.

El indicador *contribución social*, por su parte presenta correlaciones negativas con los indicadores de *Propósito de vida* y *autoacetación* de la variable Bienestar psicológico, con -0,190 con 0,183 de significancia y -0,44 con 0,760 de significación estadística. A su vez presenta correlaciones positivas bajas con los indicadores *aceptación*, 0,348 y *coherencia*, 0,399 con una significación de 0,05 para ambas.

Además, encontramos una correlación en grado muy bajo de 0,131, entre los indicadores *actualización social* y *autoaceptación* (Bienestar Psicológico). La correlación existente entre *actualización social* con *aceptación* (ambas de la variable Bienestar Social) es de 0,350 y con *relaciones positivas* variable Bienestar psicológico de 0,326, las cuales son de grado bajo, y son a su vez significativas a un nivel 0,05.

Las correlaciones más significativas del indicador denominado *coherencia*, se dan con *dominio del entorno*, de la variable Bienestar psicológico que presenta una correlación baja y signo positivo con valor de 0,411 para un nivel de significación de 0,01; y los indicadores de *relaciones positivas* (Bienestar Psicológico) y *contribución* (Bienestar Social), de 0,409 y 0,399, con 0,01 significancia. La correlación más baja del indicador *coherencia* (Bienestar Social) con *crecimiento personal* (Bienestar Psicológico) que arroja una correlación de 0,105.

Es pertinente resaltar el signo positivo de las correlaciones hasta ahora descritas lo cual indica que en la medida que una variable se mueva en un sentido la otra la hace en la misma dirección.

La *integración social* es vista como “la evaluación de la calidad de las relaciones que mantenemos con la sociedad y con la comunidad” (Keyes, 1998).

En este orden de ideas, Keyes (1998), argumenta que la *aceptación social* no es más que el punto de partida. Es imprescindible estar y sentirse perteneciente a un grupo, a una comunidad, pero es necesario que dicha pertenencia disfrute, al menos, de dos cualidades: confianza, aceptación y actitudes positivas hacia los otros (amabilidad, bondad, honestidad, capacidad), y aceptación de los aspectos positivos y negativos de nuestra propia vida.

Por otra parte el mismo autor (Keyes), define la *contribución social*, como la confianza en los otros y en nosotros mismos, la cual debe ir acompañada del sentimiento de utilidad,

“de que se es un miembro vital de la sociedad, que se tiene algo útil que ofrecer al mundo”

(1998) y que lo que uno aporta es valorado.

En cuanto a la *actualización social* éste autor plantea que es una dimensión que se centra en la concepción que la sociedad y las instituciones que la conforman, son entes dinámicos, los cuales a su vez se mueven en una determinada dirección a fin de conseguir metas y objetivos de los que podemos beneficiarnos (confianza en el progreso y en el cambio social). Por otra parte, Keyes, plantea que la *coherencia* es “la percepción de la cualidad, organización y funcionamiento del mundo social, e incluye la preocupación por enterarse de lo que ocurre en el mundo” (1998).

Es importante tener en cuenta que el *Bienestar Social* en los últimos años, ha tenido auge, puesto que como lo define Keyes (1998) la evaluación de las circunstancias y el funcionamiento de la sociedad.

Ahora bien, el indicador de *autoaceptación* de la variable Bienestar Psicológico y *contribución* (Bienestar Social), tienen una correlación baja de signo negativo -0,044. La autoaceptación también presenta una correlación baja pero de signo positivo con la *aceptación* de 0,403 y con el indicador de *satisfacción con la vida* de la variable Bienestar subjetivo de 0,485, a un nivel neutral de significancia del 0,01.

El indicador de *relaciones positivas* (Bienestar Psicológico) y *dominio del entorno* registran una correlación positiva de 0,450; de igual manera con *Propósito en la vida* de 0,428, ambas estadísticamente significativo al 0,01, ubicándose en un grado bajo de correlación. Por su parte, las *relaciones positivas* y la *contribución* (Bienestar Social) arrojan una correlación (muy baja) de signo positivo con un valor de 0,118.

En cuanto a la *autonomía y crecimiento personal* registran una correlación negativa del 0,015. Asimismo la *autonomía* presenta una correlación baja pero significativamente estadística al 0,05, con la *aceptación* (0,299) y *dominio del entorno* (0,332).

El indicador *dominio del entorno y crecimiento personal* ambas pertenecientes al Bienestar Psicológico, presentan una correlación negativa de -0,269. A su vez, el *dominio del entorno y propósito en la vida*, presentan de igual manera una moderada correlación, pero positiva 0,506, con una significancia de 0,01. Por otra parte, con este mismo indicador (dominio del entorno) la *satisfacción* muestra una correlación baja de 0,421 y una significancia de 0,05.

Ahora bien, el *crecimiento personal* presenta una correlación negativa con el *propósito en la vida*, de -0,120; por el contrario, entre el *crecimiento personal* y la *contribución social*, existe una baja correlación positiva, de 0,339, con una significación estadística de 0,05.

Ryff (1997), afirma que el bienestar psicológico “*como el esfuerzo por perfeccionarse y la realización del propio potencial*”, es decir, este centra su atención en el desarrollo de las capacidades y el crecimiento personal, corroborando los planteamientos antes mencionados. Por su parte Keyes et al., (2002, citado en Díaz et al. 2006), manifiesta que la Auto-aceptación es uno de los criterios centrales del bienestar, puesto que las personas intentan sentirse bien consigo mismas incluso asumiendo sus propias limitaciones.

En este orden de ideas, el indicador de *autonomía* nos muestra que para poder sostener su propia individualidad en diferentes contextos sociales, los seres humanos necesitan asentarse en sus propias convicciones (autodeterminación), y mantener su independencia y autoridad (Ryff y Keyes, 1995). Además, las personas con autonomía son capaces de

resistir en mayor medida la presión social y auto-regulan mejor su comportamiento (Ryff y Singer, 2002).

En lo referente al *dominio del entorno* Keyes et al, (2002), plantean que es la habilidad personal para elegir o crear entornos favorables para satisfacer los deseos y necesidades individuales, es otra de las características del funcionamiento positivo. Las personas con un alto dominio del entorno poseen una mayor sensación de control sobre el mundo y se sienten capaces de influir sobre el contexto que les rodea. De igual manera, el individuo necesita marcarse metas o *propositos*, es decir, requiere definir una serie de objetivos que les permitan dotar su vida de sentido.

Keyes et al, (2002) aseveran igualmente que las personas necesitan *crecimiento personal*, el cual consiste en el empeño por desarrollar sus potencialidades, para seguir creciendo a nivel personal y potencializar sus capacidades. Ryff y Singer, (1998) por su parte, plantean que los seres humanos necesitan mantener *relaciones sociales (positivas)* estables y tener amigos en los que pueda confiar. La capacidad para amar es un componente fundamental del bienestar (Allardt 1996) y por lo tanto de la salud mental Ryff, (1989).

Al abordar el último de los indicadores *satisfacción con la vida*, perteneciente a la variable de Bienestar subjetivo, presenta una baja correlación con *propósito en la vida*, con 0,436 y una significancia de 0,01.

En este orden de ideas, Diener (1984) distingue dos componentes esenciales del bienestar subjetivo: el afectivo, formado por las emociones positivas y negativas, y el componente cognitivo, relacionado con la valoración global de satisfacción con la vida.

Otros autores como, Diener y cols (1997, citado en García-Viniegras y González 2000), brindan una concepción más integradora del bienestar subjetivo, al afirmar que hace alusión a la evaluación que efectúan las personas de su vida, que incluye tanto juicios

cognitivos las reacciones afectivas, es decir los estados de ánimo y emociones. De igual manera, posteriormente Diener, (2000), plantea que el bienestar subjetivo se refiere a lo que las personas piensan y sienten acerca de sus vidas y a las conclusiones cognoscitivas y afectivas que ellos alcanzan cuando evalúan su existencia.

Por último, los resultados de las tablas 9 y 10, indican que existe correlaciones entre los indicadores de las variables Bienestar social, Bienestar Psicológico y Bienestar subjetivo, lo cual evidencia que en las familias en situación de desplazamiento, existen vínculos emocionales fuertes, debido que cada miembro de la familia se siente parte activa de su comunidad, sintiéndose además perteneciente a ella y satisfechos, tienen confianza y presentan actitudes positivas hacia los demás y aceptan los aspectos positivos y negativos de sus vidas, independientemente de las situaciones por las que hayan atravesado.

Así mismo es de resaltar, que los participantes hacen parte de familias en situación de desplazamiento, y que a pesar de ello presentan actitudes positivas hacia los demás, los wiwa al igual que las demás hermanas mayores o grupos indígenas de la sierra Nevada de Santa Marta, se caracterizan por un alto compromiso social, familiar y con el medio ambiente, por la armonía en sus relaciones con el entorno y los otros.

Es pertinente resaltar que el proceso de desplazamiento ha estado presente en estas comunidades desde épocas milenarias, primero fueron los españoles en busca de sus riquezas, luego la iglesia en su deseo de aculturarlos e instaurar el cristianismo; luego los colonos en les arrebataron sus tierras para la explotación minera o para cultivos ilícitos, lo cual llevo guerra, hambre, muerte a sus tierras. Desde siglos las comunidades indígenas de la sierra han estado sufrido diversos conflictos que los han llevado a desplazarse y abandonar su territorio ancestral. Esto ha originado cambios en la estructura familiar, en sus relaciones roles, reglas, entre otros.

10. CONCLUSIONES

Esta investigación se desarrolló con familias pertenecientes a la comunidad indígena Wiwa, víctimas del desplazamiento forzado, los cuales fueron obligados a dejar sus viviendas y sitios de origen, estas familias se han enfrentado a diferentes necesidades especiales como son: económicas, desadaptación, tristeza, discriminación, entre otras. Por su parte, la pobreza es una de las dificultades que más los afecta, porque han sido despojados de sus pertenencias y al llegar a un nuevo lugar no cuentan con los recursos económicos para solventar las necesidades básicas y tampoco poseen habilidades comerciales o generales, que le permitan desenvolverse con facilidad en zonas urbanas para obtener su sustento.

Las poblaciones indígenas han enfrentado desde épocas milenarias procesos de desplazamiento, por el deseo incesante de los occidentales de aculturarlos, apropiarse de sus tierras, o por procesos de violencia, esta última a causa de los conflictos políticos y sociales que se han agudizado en los últimos años en Colombia; así mismo se percibe que son muchos los efectos que este fenómeno genera en la vida y la salud mental de estas comunidades.

Ahora bien, la estructura y la dinámica de las familias cambian debido a las experiencias vividas, en este caso a las persecuciones, torturas, abusos sexuales, amenazas, asesinatos, desapariciones, entre otras; que dejan huellas intangibles, pero imborrables y profundas en la vida de los sujetos. De igual manera, es pertinente reconocer que la familia es la principal unidad del sistema social, por lo tanto se relaciona con su entorno, lo cual determina

alguna reacción a la interacción del contexto, generando cambios significativos en el funcionamiento, la dinámica de las mismas y en cada uno de sus integrantes.

En este orden de ideas, teniendo en cuenta el proceso investigativo y el desarrollo de los objetivos planteados, se tiene como variable principal el Bienestar de los sujetos, vista no sólo como la ausencia de enfermedad, también como la presencia de algo positivo, es decir de bienestar físico, mental y social. (Díaz et al., 2006).

Partiendo de la importancia de las comunidades indígenas, las cuales son consideradas hoy por la comunidad internacional como patrimonio inmaterial e invaluable de las naciones y de la humanidad, se abordó en el presente estudio que pretendía describir el nivel de bienestar psicológico, individual y social, en la población indígena Wiwa desplazada por la violencia política, que ha migrado hacia el municipio de Riohacha.

En lo referente a las características socioeconómicas de la población objeto del estudio, se puede aseverar que se constataron las características personales de la población estudiada, como son: edad, estado civil, ocupación, escolaridad y estrato socioeconómico. En cuanto a este último, se evidencia que en su mayoría pertenecen al estrato 1, lo que evidencia que las dificultades económicas son productos de los bajos ingresos familiares y el poco apoyo familiar y del estado a las comunidades indígenas que han sido víctimas del desplazamiento. A su vez, el desconocimiento de sus derechos y de los beneficios que poseen por su situación de vulnerabilidad, así como las dificultades para obtener empleo, por el desconocimiento de los artes y oficios de las ciudades; se convierten en otra problemática que agudizan la desigualdad social en esta población.

Teniendo en cuenta lo anterior, es pertinente resaltar que el Bienestar es el sentir de una persona al ver satisfechas todas sus necesidades en materia psicológica y fisiológica, desde las más vitales hasta las más superfluas, así como contar con expectativas alentadoras que

le sustenten su proyecto de vida. Los anhelos a futuro, y la posibilidad de poderlo realizar en el inmediato, corto y mediano plazo, son importantes en dicho sentir.

El bienestar social parte del bienestar económico, el cual tiene que ver con la forma en que se ha dado el reparto de los recursos en una comunidad, y la retribución o remuneración tanto del trabajo realizado, como de los riesgos que toda empresa involucra; es decir el bienestar económico suple las necesidades patrimoniales de los individuos e implican los anhelos y sueños por materializar a nivel económico.

En lo referente al bienestar social percibido por la población indígena, es pertinente resaltar que el mayor indicador del bienestar social son las relaciones con los otros y la familia, debido que de ellos reciben apoyo, afecto, atención lo cual les genera sensación de protección y amparo. La familia brinda un entorno seguro en el que estas comunidades víctimas desplazamiento, a pesar de ciertas circunstancias negativas de la violencia, desarraigo, que enfrentan, logran sentir satisfacción y construir su propio bienestar social. Del mismo modo las relaciones sociales positivas, el contacto con otros, la posibilidad de contar con su comunidad, el compartir con otros; permite experimentar satisfacción que se manifiesta en el desenvolvimiento integral de estos sujetos.

El bienestar social involucra las vivencias de cada persona, las condiciones en las que se desenvuelven y las formas en las que enfrentan las particulares circunstancias de la vida. Es necesario tomar en cuenta que esta construcción está atravesada por todo el proceso histórico y de desarrollo de cada individuo, por ello al querer entender el bienestar social se debe abordar la historia vital.

El bienestar individual o subjetivo por su parte es percibido por la población objeto de investigación como el estado de equilibrio y búsqueda de actividades que le proporcionen

felicidad y que mejoren su calidad de vida; de igual manera se evidencia el papel preponderante de la familia en la salud mental y física de los sujetos.

Partiendo de la idea que el bienestar se entiende como la habilidad del individuo para adquirir comportamientos que mejoren la calidad de vida de los individuos, en 6 componentes: físico, espiritual, social, mental, emocional e intelectual. El físico, se refiere al bienestar fisiológico del sujeto, de sus sistemas orgánicos; el espiritual, a la capacidad de comprender qué lo guía en el universo; el social, indica la habilidad de la persona para interactuar con otros y el ambiente. El emocional está relacionado con la habilidad para controlar el estrés y expresar las emociones; el mental es la capacidad de elaborar estructuras de pensamiento coherente con su realidad y; el intelectual, se refiere a la capacidad del individuo de aprender y buscar información. (Alonso, 2010)

Por otra parte, el bienestar subjetivo, se relaciona con un estado de bienestar deseado, el cual se obtiene mediante hábitos y estilos de vida saludables, que resultan de una adecuada adaptación, un medio ambiente seguro, la participación activa dentro de la sociedad y comunidad a la cual pertenecen, entre otros. Sin embargo el apoyo de las familias, miembros de su comunidad, juegan un papel clave en la promoción de la salud física y mental de las personas.

Keyes (2005), define la salud mental como un “*conjunto de síntomas de hedonía y funcionamiento positivo operativizado por medidas de bienestar subjetivo (percepciones y evaluaciones que las personas hacen sobre su vida y sobre la calidad de su funcionamiento)*”, Keyes, propone el modelo de estado de salud el cual está sustentado en dos nuevos principios.

Por otra parte, en cuanto al nivel de bienestar psicológico percibido por la población indígena Wiwa, se evidencia que está relacionado con el estado emocional, es un constructo que expresa el sentir y pensar positivo del ser humano acerca de sí mismo.

Mientras la práctica del bienestar subjetivo ha mostrado especial interés en el estudio de los afectos y la satisfacción con la vida, el bienestar psicológico ha centrado su atención en el desarrollo de las capacidades y el crecimiento personal, forjadas ambas como los principales indicadores del funcionamiento positivo.

Ryff y Keyes, (1995), expresan que el bienestar psicológico es un concepto que involucra varios aspectos, plantean que este conocimiento *“es un concepto que ha sido empleado de un modelo impreciso en relación con otros como satisfacción vital y calidad de vida y diferencian al bienestar psicológico, definiéndolo como percepción subjetiva, estado o sentimiento; la satisfacción entendida como la gratificación proporcionada por los proyectos personales; mientras que la calidad de vida es el grado en que la vida es percibida favorablemente”*.

Así mismo, Ryff y Singer (1998) *“considera que el bienestar psicológico es distinto a las categorías del bienestar subjetivo, porque la satisfacción no es el elemento articulado, sino más bien la realización del potencial humano, el cual se logra a través del propósito en la vida, logros de metas y establecimiento de relaciones de confianza con los otros.”*

De igual manera, el estudio buscó establecer la relación que existe en las variables de Bienestar Social, Bienestar Psicológico y Bienestar Subjetivo en familias Wiwa en situación de desplazamiento.

Los resultados de la investigación establecieron las correlaciones existentes, entre las variables de Bienestar Psicológico, Social y Subjetivo, lo cual determina la validación de las hipótesis planteadas. Estas correlaciones indican que las familias a pesar de atravesar

por situaciones difíciles y ser víctimas del desplazamiento, cuentan con vínculos emocionales fuertes que les permiten enfrentar los cambios que ofrece esta situación y manejar los problemas que se derivan de este fenómeno. Por lo anterior, se resalta que el desplazamiento a pesar de ser una situación crítica y de vulnerabilidad se demuestra que estas comunidades desarrollan capacidades para enfrentarlas y salir adelante ante estos problemas; lo cual puede deberse a diversos procesos de desplazamiento que han vivido desde hace siglos.

De igual manera, la investigación muestra que estas familias desplazadas, se sienten parte activa de la comunidad a la que pertenecen, se encuentran satisfechos, tienen confianza y aceptan los aspectos positivos y negativos de sus vidas, independiente de las situaciones por las que hayan atravesado; estas comunidades se caracterizan por su empuje, espíritu de solidaridad, emprendimiento y humildad.

Asimismo, en estas familias desplazadas, se observa que son más felices cuando en sus vidas predomina la experiencia afectiva positiva sobre la negativa, esto permitiría que las familias cambien su estructura de poder, los roles, las relaciones y las reglas ante las dificultades para lograr un adecuado desarrollo. Por otra parte, se observa que las relaciones favorables con su comunidad contribuyen para resistir en mayor medida la presión social, lo que indica que estas familias desplazadas necesitan marcarse metas dándole a su vida mayor sentido.

Empero, a pesar de las dificultades por las que atraviesan se sienten satisfechos consigo mismo, con sus vidas, situación que conlleva a que hagan frente a las situaciones por las que atraviesan. Sienten la necesidad de pertenecer a un grupo para disfrutar de las cualidades, aceptación y actitudes positivas de los otros, así mismo, aceptar los aspectos positivos y negativos de su propia vida. Esto contribuye a que los miembros de las familias

busquen recursos en la comunidad y acepten ayuda y/o servicios sociales para beneficio de ellos y sus familiares.

Las personas participantes muestran a su vez, estrategias para entender la dinámica de la sociedad y la preocupación de lo que ocurre en el mundo y a medida que perciben que la sociedad se desarrolla, se plantean metas y objetivos de los que puedan beneficiarse, por tal razón las familias tienen la habilidad de manejar y aceptar las experiencias estresantes, en algunos casos presentan una actitud pasiva frente a las dificultades.

Ahora bien, el estudio corrobora las hipótesis planteadas, puesto que existen correlaciones positivas entre las variables de Bienestar Psicológico, Social y Subjetivo. Al mostrar los resultados de esta investigación, se determina que estas familias cuentan con capacidades, competencias y recursos que les permiten anteponerse a las situaciones adversas, como son la violencia, pobreza y desplazamiento; los pensamientos y sentimientos que poseen, son positivos y se visionan en el futuro. Situaciones como estas, determinan que existen efectos perjudiciales en las personas víctimas del desplazamiento, pero a través de la salud mental queda corroborado que son más los aspectos positivos con los que cuenta el ser humanos y sus familias, los cuales le permiten sobreponerse ante la adversidad.

Así mismo, la investigación demuestra, que pese a todos estos aspectos positivos, es claro que cuentan con situaciones negativas que les afectan en sus vidas y están allí como secuela de los hechos traumáticos vividos.

Es pertinente anotar que estudiar el bienestar resulta trascendental, teniendo en cuenta que a nivel social toca puntos fundamentales, como la asociación de personas para el cambio social y la responsabilidad común. A nivel individual, toma en cuenta aspectos

cualitativos y cotidianos del hombre vinculados a su felicidad que categorías sociales tales como el desarrollo económico no pueden por sí solas explicar. (García & González, 2000).

El bienestar es parte de la salud en su sentido más general y se manifiesta en todas las esferas de la actividad humana. Es de todo conocido que cuando un individuo se siente bien es más productivo, sociable y creativo, posee una proyección de futuro positiva, infunde felicidad y esta implica capacidad de amar, trabajar, relacionarse socialmente y controlar el medio. Está demostrada la asociación entre algunos estados emocionales y las respuestas de enfrentamiento al estrés de un tipo u otro. Todo esto explica por sí solo la relación del bienestar con los niveles de salud. (García & González, 2000).

Esta investigación deja como aporte fundamental la validación de las escalas en esta población y podría servir este estudio como aporte fundamental para seguir investigando ya no sólo con población indígena, sino poder llegar a investigar con distintos miembros de las familias, con el fin de extender el abordaje teórico de las variables estudiadas. Sería útil además, investigar con otras poblaciones indígenas desplazadas, con el fin de confrontar los resultados con este estudio.

BIBLIOGRAFÍA

- Acosta, C. & Llinás, J. (2002) *Revisión Bibliográfico-analítica de la historia de la violencia en Colombia desde 1948 hasta el año 2002: Una Visión Humanista desde Rollo May y Erich Fromm*. Tesis de pregrado de psicología, Universidad del Norte, Barranquilla.
- Adelantado, J., Noguera, J. & Rambla, X. (2000). El marco de análisis: Las relaciones complejas entre estructura social y políticas sociales. En J. Adelantado (coord.), *Cambios en el estado del bienestar. Políticas sociales y desigualdades en España* (pp.23-61). Barcelona: Icària-UAB.
- Alejo, E. (2005). Aplicación del modelo de estrés postraumático en el estudio del impacto de la violencia sobre la salud mental en población desplazada. *MedUNAB*, 8(1), pp.23-28. (Versión electrónica). Disponible en:
<http://editorial.unab.edu.co/revistas/medunab>
- Amar, J. (1992). El desarrollo Social y humano en la perspectiva del siglo XXI. *Investigación y Desarrollo, Vol. 1* (2), pp 16- 38.
- Amarís, M., Paternina, A. & Vargas, K. (2004). Relaciones familiares en familias desplazadas por la violencia ubicadas en "La Cangrejera" (corregimiento de Barranquilla, Colombia). *Psicología desde el Caribe*, (14), pp. 91-124.
- American Psychiatric Association (1995). *DSM-IV. Manual diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales*. Barcelona: Masson.
- Arango & Sánchez. (1997) Los pueblos indígenas de Colombia. DNP, Bogotá.

- Archila, M. (2001). *Movimientos sociales, estado y democracia en Colombia*. Santafé de Bogotá: Universidad Nacional de Colombia.
- Arendt, H. (1993). *La condición humana*. España: Paidós.
- Arias, F., Bello, M., Martin, E., (2000) Efectos psicosociales y culturales del desplazamiento. Bogotá. Universidad Nacional de Colombia.
- Aristizábal, E. & Palacio, J. (2003). Subjetivación del acto de desplazarse y aspectos psicopatológicos relacionados con experiencias violentas. *Investigación & Desarrollo*, Vol. 11(2), pp 238-253.
- Ballesteros, B., Medina, A. & Caicedo, C. (2006). El bienestar psicológico definido por asistentes a un servicio de consulta psicológica en Bogotá, Colombia. *Universitas Psychologica*, 5 (2), pp. 239-258.
- Baron, R. & Byrne, D. (2005). *Psicología Social*. Madrid: Pearson Prentice Hall.
- Becker, D., Castillo, M., Gómez, E., Kovalskys, J. & Lira, E. (1990). Psicopatología y proceso terapéutico de situaciones políticas traumáticas. En: Martín-Baró, I. *Psicología social de la guerra: Trauma y terapia*. (pp. 284-300). San Salvador: UCA Editores.
- Beck, J., Coffey, S., Palyo, S., Gudmundsdottir, B., Miller, L. & Colder, C. (2004). Psychometric Properties of the Posttraumatic Cognitions Inventory (PTCI): A Replication With Motor Vehicle Accident Survivors. *National Institute of Health Journal (NIPHA)*. Recuperado el Octubre 8 de 2007, de <http://www.pubmedcentral.nih.gov/articlerender.fcgi?artid=1360225#R149>.
- Blanco, A. (1995). *Cinco tradiciones en la psicología social*. Madrid: Morata.
- Blanco, A. (2005). I Jornada sobre la Situación actual de las Secuelas Psicológicas de las víctimas del Terrorismo.

- Blanco, A. Díaz, D. & Sutil, L. (2007). Las bases existenciales del trauma: una aproximación desde el bienestar social y la psicología positiva. En J. Sanmartín, y J.M. Sabucedo (coords.). *La violencia y sus contextos*. Barcelona: Ariel.
- Blanco, A. & Díaz, D. (2007). El rostro bifronte del fatalismo: fatalismo colectivista y fatalismo individualista. *Psicothema*, 19, 552-558.
- Blanco, A. & Valera, S. (2007). Los fundamentos de la intervención psicosocial. En: Amalio, B., & Rodríguez, J. *Intervención Psicosocial*. Madrid: MacGrawHill.
- Blanco, A., Díaz, D & García, A. (2006). Recovering the context in posttraumatic stress disorder: The psychosocial trauma in victims of political violence and terrorism. *Estudios de Psicología*, 27 (3), pp. 333-350.
- Blanco, A., Caballero, A. & De La Corte, L. (2005). *Psicología de los Grupos*. Madrid: Pearson Prentice Hall.
- Blanco, A. & Díaz, D. (2005). El bienestar social: su concepto y medición. *Psicothema*, 17, 580-587.
- Blanco, A. & Díaz, D. (2004). Bienestar Social y Trauma psicosocial: una visión alternativa al trastorno de estrés postraumático. *Clínica y Salud*, 15, pp 227-252.
- Blanco, A., Rojas, D. & de la Corte, L. (2000). La Psicología y su compromiso con el bienestar. En J.M. Peiró y P. Valcárcel (Eds.), *Psicología y sociedad* (pp. 9-43). Valencia: Real Sociedad Económica de Amigos del País.
- Bonanno, G. (2004). Loss, trauma, and human resilience. *American Psychologist*, 59 (1), pp. 20-28.
- Botto, A., Carillo, R., Castro, Y., Linares, E. & Racedo, H. (2000). *Efectos de la Violencia Política sobre las emociones (ira, miedo y ansiedad) en niños de 11 y 12 años de*

- dos municipios de la Costa Caribe Colombiana*. Tesis de pregrado de Psicología, Universidad del Norte, Barranquilla.
- Bradburn, N. (1969). The Structure of Psychological Well-Being. Recuperado el 27 de noviembre de 2007, en <http://cloud9.norc.uchicago.edu/dlib/spwb/>
- Brewin, C. & Holmes, E. (2003). Psychological theories of posttraumatic stress disorder. *Clinical Psychology Review* 2 (3), pp. 339–376.
- Brunstein, J. (s. f.) Los Objetivos personales y el Bienestar Subjetivo: Un estudio Longitudinal. Recuperado el 20 de noviembre en <http://www.fun-humanismo-ciencia.es/felicidad/ninos/ninos12.htm>.
- Buitrago, A., Cortés, P. & Hennessey, K. (1999). *Redes sociales en las familias desplazadas por la violencia con jóvenes entre los 10 y 16 años que presentan síntomas de stress post-traumático concentrado en el municipio de malambo*. Tesis de Psicología, Universidad del Norte, Barranquilla.
- Caballero, M., Richard, M., Cabrero, J., Orts, M., Reig, A. & Tosal, B. (2004). Fiabilidad y validez de una Escala de Satisfacción con la Vida de Diener en una muestra de mujeres embarazadas y puérperas. *Psicothema*, 16, pp.448-455.
- Calvete, E. & Cardeñoso, O. (2001). Creencias, Resolución de Problemas Sociales y Correlatos Psicológicos. *Psicothema*, 13 (1), pp. 95-100.
- Cantril, H. (1954). The Qualities of Being Human. *American Quarterly*, 6 (1), pp 3-18. Recuperado el 19 de septiembre de 2007, de la base de datos Jstor.
- Castro, A. & Sánchez, M. (2000). Objetivos de vida y satisfacción autopercebida en estudiantes universitarios. *Psicothema*, 12 (1), pp. 87- 92.

- Castro, A. (2002). Investigaciones argentinas sobre el bienestar psicológico. En Casullo: *Cuadernos de evaluación psicológica. Evaluación del bienestar psicológico en Iberoamérica*. Buenos Aires: Paidós.
- Casullo, M. (2002). Evaluación del bienestar psicológico. En Casullo: *Cuadernos de evaluación psicológica. Evaluación del bienestar psicológico en Iberoamérica*. Buenos Aires: Paidós.
- Cerda, H., (2011) Los elementos de la investigación. I edición. Editorial Magisterio. Bogotá. ISBN 978- 958-20-1048-5
- Colajanni, A., (1997). El pueblo de la montaña sagrada tradición y cambio. Santa Marta. Recerca e Cooperazione O. G. T. Organización Gonawindua Tayrona.
- Conferencia Episcopal del Colombia. (1995) Derechos Humanos. Desplazados por la violencia en Colombia. Santafé de Bogotá D.C.
- Consejo Superior de la Judicatura. Atlas para la Jurisdicción Especial Indígena. Consultado en:
http://www.dondequeda.com.co/atlasjei/reports/r_pueblo.cfm?KEY_PUEBLO=5#
- Córdoba, E. sitios sagrados y territorio wiwa. Universitas humanística no.61 enero-junio de 2006 pp: 275-286 Bogotá - Colombia issn 0120-4807
- Consultoría para los derechos humanos y el desplazamiento. (2007, 1 de febrero). *Boletín de prensa*. Recuperado el 25 de septiembre de 2007, de [http:// www.codhes.org](http://www.codhes.org)
- Cruz, M., Maganto, C., Montoya, I. & González, R. (2002). Escala de bienestar psicológico para adolescentes. Resultados españoles. En Casullo: *Cuadernos de evaluación psicológica. Evaluación del bienestar psicológico en Iberoamérica*. Buenos Aires: Paidós.

- Csikszentmihalyi, M. (1999). If we are so rich, why aren't we happy? *American Psychologist*, 54 (10), pp. 821 – 827.
- Cuadra H. & Florenzano, R. (2003). El Bienestar Subjetivo: Hacia una Psicología Positiva. *Revista de Psicología de la Universidad de Chile*, 12 (1), pp. 83-96.
- Cuevas, H. (1998). *Proceso político y bienestar social*. Santafé de Bogotá: Universidad Externado de Colombia.
- Davidson, J., Book, S.W., Colket, J.T., Tupler, L. A., Roth, S., David, D, et al. (1997). Assessment of a new self-rating scale for posttraumatic stress disorder. *Psychological medicine*. 27, pp. 153 -160.
- De La Corte, L. (1998) *Compromiso Y Ciencia Social: El Ejemplo De Ignacio Martín-Baró*. Tesis Doctoral, Universidad Autónoma de Madrid.
- Defensoría del Pueblo. Ministerio Público de Colombia. (1997). Niños, niñas y jóvenes víctimas del desplazamiento forzado. *Revista de la niñez y sus derechos. Boletín n°* 3, pp. 8-11.
- Defensoría del Pueblo. Crisis humanitaria en la Guajira. 2014. Acción integral de la defensoría del pueblo en el departamento.
- Diagnóstico de la situación del pueblo indígena Wiwa. Disponible en:
www.verdadabierta.com/documentos/victimas-1/indigenas/...wiwa/file
- Díaz, D., Blanco, A., Horcajo, J., y Valle, C. (2007). Aplicación del Modelo del Estado Completo de Salud al estudio de la depresión. *Psicothema*, 19 (2), pp. 286-294.
- Díaz, D., Blanco, A., Sutil, L. & Schweiger, I. (2007). Argumentos para una propuesta psicosocial del trauma: el bienestar, patrón de salud y de trastorno. En S. Yubero, E.

- Díaz, D., Rodríguez, R., Blanco, A., Moreno, B., Gallardo, I., Valle, C., et al. (2006). Adaptación española de las Escalas de Bienestar Psicológico de Ryff. *Psicothema*, 18 (3), pp. 572-577.
- Díaz, G. (2001). El Bienestar Subjetivo. Actualidad y Perspectivas. *Revista Cubana de Medicina General Integral*, 6 (17), pp. 572-9.
- Diener, E. (1984). Subjective Well-Being. *Psychological Bulletin*, 95 (3), pp.542-575.
- Diener, E., Emmons, R., Larsen, R. & Griffin, S. (1985). The Satisfaction With Life Scale. *Journal of Personality Assessment*, 49 (1), pp.71-75.
- Diener, E., Wolsic, B. & Fujita, F. (1995). Physical attractiveness and subjective well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69, pp. 120-129.
- Diener, E., Sapyta, J. & Suh, E. (1998). Subjective Well-Being Is Essential to Well-Being. *Psychological Inquiry*, 9 (1). pp. 33-3.
- Diener, E., Suh, E., Lucas, R. & Smith, H. (1999). Subjective well-being. Three Decades of Progress. *Psychological Bulletin*, 125 (□2), 276 – 302.
- Diener, E. (2000). Subjective Well-Being. *American Psychologist*, 55 (1), pp 34-43.
- Diener, E., Lyubomirsky, S. & King, L. (2005) The Benefits of Frequent Positive Affect: Does the Happiness Lead to Success? *Psychological Bulletin*, 131, pp. 803 –855.
- Diener, E., El bienestar subjetivo. University of Illinois at Champaign-Urbana.
www.copmadrid.org/webcopm/publicaciones/social/1994/.../arti5.htm
- Etnias de Colombia. Resguardo Wiwa. Disponible en: www.etniasdecolumbia.org/wiwa
- Equipo Psicosocial UTC-RSS. (2002). La atención psicosocial a la población desplazada. Balance de los avances en el campo y construcción de una agenda de mejoramiento. En: *Atención psicosocial a la población desplazada*, pp.43-53. Seminario-Taller,

- Bogotá. Fajardo L., Gamboa, J. (1999). Los Wiwa: Multiculturalismo y derechos Humanos. Bogotá.
- Foa E, Rothbaum R, Riggs D. & Murdock, T. (1991). Treatment of posttraumatic stress disorder in rape victims: a comparison between cognitive-behavioral procedures and counseling. *Clinical Psychology Review*, 59, pp. 715–723. Recuperado el 15 de agosto de 2007, de la base de datos de Jstor.
- Foa, E., Ehlers, A., Clark, D., Tolin, D. & Orsillo, S. (1999). The Posttraumatic Cognitions Inventory (PTCI): Development and Validation. *Psychological Assessment*, 11 (3), pp. 303-314. 23.
- Foa, E. & Cahill, S. (2001). Psychological therapies: Emotional processing. In Smelser, N. & Bates, P (Eds.), *International encyclopedia of the social and behavioral sciences* (pp. 12363–12369). Recuperado el 12 de septiembre de 2007, de la base de datos de Jstor.
- Foa, E. & Rauch, S. (2004b). Cognitive changes during prolonged exposure versus prolonged exposure plus cognitive restructuring in female assault survivors with posttraumatic stress disorder. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*. 72 (5), pp. 879–884. Recuperado el 8 de octubre de 2007, de la base de datos de Jstor.
- Foa, E, Cahill, S., Boscarino, J., Hobfoll, S., Lahad, M., McNally, R. & Solomon, Z. (2005a). Social, psychological, and psychiatric interventions following terrorist attacks: recommendations for practice and research. *Neuropsychopharmacology*, (30), 1806–1817. Recuperado el 20 de octubre de 2007, de la base de datos de Jstor.
- Foa, E., Hembree, E., Cahill, S., Rauch, S., Riggs, D., Feeny, N., Yadin, E. (2005b) Randomized Trial of Prolonged Exposure for Posttraumatic Stress Disorder With and Without Cognitive Restructuring: Outcome at Academic and Community

- Clinics. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*. 73, (5), pp. 953–964.
- Recuperado el 5 de octubre de 2007, de la base de datos de Jstor.
- Forero, E. (Ed) (2004). *Desplazamiento interno forzado en Colombia. Conflicto y paz en Colombia*. Bogotá: Alfa Omega Colombiana S.A.
- Franco, A., & Vidal, R. (1999). Una caracterización del fenómeno y de las políticas gubernamentales de atención. *Universitas Humanistica*, (47), pp. 65-73.
- Frankl, V. (2001) *El Hombre en Busca de Sentido*. Barcelona: Herder.
- Fujita, F. & Diener, E. (2005). Life Satisfaction Set Point: Stability and Change. *Journal of Personality and Social Psychology*, 88 (1), pp. 158–164.
- García, M. (1999). Con su dolor sin rumbo. *Universitas Humanistica*, (47), pp.15-31.
- García, M. (2002). Desde el Concepto de Felicidad al abordaje de las variables implicadas en el Bienestar Subjetivo: un análisis conceptual. *Revista Digital, Año 8* (48), pp 652-660.
- González, C. (2004). Transformación y Resiliencia en Familias Desplazadas por la violencia hacia Bogotá, *Revista de Estudios de Ciencias Sociales*, (18), pp. 123-130.
- González, M., Herrero, M., Viña, C., Ibañez, I. & Peñate, W. (2004). El Modelo Tripartito: Relaciones Conceptuales y Empíricas entre Ansiedad, Depresión y Afecto Negativo. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 36 (2), pp. 289-304.
- González, R., Montoya, I., Casullo, M. & Bernabéu, J. (2002). Relación entre estilos y estrategias de afrontamiento y bienestar psicológico en adolescentes. *Psicothema*, 14 (2), pp. 363-368.
- Guerrero, M. (1999). Guerra violencia y terrorismo. En: A. Vargas (ed.), *Violencia y terrorismo* (pp. 70 - 81). Santafé de Bogotá: Universidad Nacional de Colombia.
- Guevara C, (2008). *Destierro, desolación y reparación*. Universidad Nacional de Colombia.

- Haugaard, L. (2006). Añorando el hogar: Devolución de la tierra a la población internamente desplazada en Colombia. En: El Proyecto Educativo del Grupo de Trabajo para Asuntos Latinoamericanos. Washington D.C.
- Headey, B. & Wearing, A. (s. f.) El Bienestar Subjetivo y el Enfrentamiento ante la Adversidad. Recuperado el 20 de agosto de 2007, de www.fun-humanismo-ciencia.es/felicidad/sociedad/sociedad14.htm - 60k -.
- Hernández, P. & Blanco, A. (2005). Violencia política y trauma psicosocial. En A. Blanco, R. del Águila, y J.M. Sabucedo, J.M. (Eds.), (2005). *Madrid 11-M. Un análisis del mal y sus consecuencias* (pp. 281-310). Madrid. Trotta.
- Hernández, R., Fernández, C. & Baptista, P. (2004). *Metodología de la Investigación*. Chile: McGraw Hill.
- Hidalgo, R. & Davidson, J. (2004). Diagnostic and Psychopharmacologic Aspects of Posttraumatic Stress Disorder. *Psychiatric Annals*, 34 (11) pp. 834-845. Recuperado el 25 de septiembre de 2007, de la base de datos Proquest, septiembre 25 de 2007.
- Hospital Isaías Duarte Cencino, E.S.E. (2006). Informe proyecto: fortalecimiento de la atención psicosocial integral a la población desplazada a los municipios de Cali y Buenaventura. Recuperado el 8 de noviembre de 2007 de <http://www.disasterinfo.net/desplazados/indextematico.php?tema=4>
- Jiménez, A., Paéz, D. & Javaloy, F. (2005). Correlatos Psicosociales de la participación en manifestaciones tras el sentido del 11 de marzo. *Revista de Psicología Social*, 20 (3), pp. 263-275.

- Jiménez, S., Abello, R. & Palacio, J. (2003). Identidad social y reestablecimiento urbano de población exiliada internamente en Colombia. *Investigación y Desarrollo*, 11 (2), pp. 326-347.
- Kafka, G.J. & Kozma, A. (2002). The construct validity of Ryff's scales of psychological well-being (SPWB) and their relationship to measures of subjective well-being. *Social Indicators Research*, 57, pp.171 – 190.
- Keyes, C. (1998). Social Well-Being. *Social Psychology Quarterly*, 61(2), pp. 121-140.
- Keyes, C., Ryff, C. & Shmotkin, D. (2002). Optimizing well-being: the empirical encounter of two traditions. *Journal of Personality and Social Psychology*, 82, 1007-1022.
- Keyes, C. (2002) The Mental Health Continuum: From Languishing to Flourishing in Life. *Journal of Health and Social Behavior*, Vol. 43, No. 2, pp. 207-222.13.
- Keyes, C. (2005a). Health as a Complete State: The Added Value in Work Performance and Healthcare Costs. *Journal of Environmental Medicine*. Recuperado el 15 de septiembre de 2007, de la base de datos de Jstor.
- Keyes, C. (2005b). Mental Illness and/or Mental Health? Investigating Axioms of the Complete State Model of Health. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*. 7, (3), 539–548. Recuperado el 15 de septiembre de 2007, de la base de datos de Jstor.
- Keyes, C. (2007). Promoting and Protecting Mental Health as Flourishing. *American Psychologist*, 62 (2), pp 95-108.
- Lamus, D. (1999). Éxodo, Violencia y Proyectos de Vida. *Año 1 No. 2*.
- Larrañaga, y A. Blanco (Coords.) (2007). *Convivir con la violencia*. Cuenca: Ediciones de la Universidad Castilla-La Mancha.

- Lira, E. (1990a). Guerra e intervención política de la subjetividad colectiva. En: Martín-Baró, I. *Psicología social de la guerra: trauma y terapia*. (pp 142-158). El Salvador: UCA EDITORES.
- Lira, E. (1990b). Psicología del miedo y conducta colectiva en Chile. En: Martín-Baró, I. *Psicología social de la guerra: Trauma y terapia*. (174-195). San Salvador: UCA Editores
- Lira, E. & Weinstein, E. (1990). La tortura. Conceptualización psicológica proceso terapéutico. En: Martín-Baró, I. *Psicología social de la guerra: trauma y terapia*. (pp 142-158). El Salvador: UCA EDITORES.
- Mailer Mattié. LA SOCIEDAD COMPLEMENTARIA DEL PUEBLO WIWA mayo de 2011. Disponible en: <http://www.nodo50.org/ceprid/spip.php?article1155>
- Martín-Baró, I. (2003). *Poder, ideología y violencia*. Madrid: Trotta
- Martín Baró, I. (1998). *Psicología de la liberación*. Madrid: Trotta.
- Martín- Baró, I. (1990). De la guerra sucia a la guerra psicológica: el caso de El Salvador. En: Martín-Baró, I. *Psicología social de la guerra: trauma y terapia*. (pp 159-171). El Salvador: UCA EDITORES.
- Martín- Baró, I. (1988). La violencia política y la guerra como causas en el país del trauma psicosocial en El Salvador. *Revista de Psicología de El Salvador*, 28, pp. 123-141.
- Martín-Baró, I. (1984). Guerra y salud mental. *Estudios Centroamericanos*, N (429/430), pp. 503-514.
- May, R. (1990). *Introducción: Nuestro mundo Esquizoide*. México: Gedisa.
- Medios para la paz (2006, 16 de febrero). *Preguntas frecuente*. Recuperado el 11 de octubre de 2007, de <http://www.mediosparalapaz.org/index.php?idcategoria=2524>

- Meertens, D. (1999). Conflictos territoriales y desplazamiento en el litoral Caribe y el Sinú. En: *Desplazados, Migraciones Internas y Reestructuraciones Territoriales*. Bogotá: Centro de Estudios Sociales Universidad Nacional de Colombia.
- Meertens, D. (2002). Desplazamiento e Identidad Social. *Revista de Estudios de Ciencias Sociales*, (11), pp.101-102.
- Mejía, E., & Padilla, A. (2000). *Autoestima en mujeres que han asumido el rol de jefes de hogar debido al desplazamiento, ubicadas en el barrio Villa Esperanza del municipio de Malambo*. Tesis inédita de pregrado, Universidad del Norte, Barranquilla.
- Mesa de trabajo de Bogotá sobre desplazamiento interno. (2006, octubre). Implicaciones psicosociales del desplazamiento forzado (Boletín N. 17). Recuperado el 12 de noviembre en www.disaster-info.net/desplazados/informes/mencoldes/17/boletin17.pdf
- Mier, E., & Llamas, Y. (2003). Identidad y dinámicas psicosociales en jóvenes desplazados en proceso de restablecimiento urbano, de pertenecientes a la microcomunidad revivir de los Campaños. *Brocal, Revista de las Ciencias Humanas y de la Salud*, 3 pp. 40-61.
- Miguel-Tobal, M., Cano-Vinde, A., Iruarrizaga, I., González, H. & Galea, S. (2004). Consecuencias psicológicas de los atentados terroristas del 11-M en Madrid. *Ansiedad y Estrés*, 10, (2-3), pp 163-179. Recuperado el 10 de Noviembre de 2007 en la base de datos de Ebsco.
- Mogollón, A. & Vázquez, M. (2006). Opinión de las mujeres desplazadas sobre la repercusión en su salud del desplazamiento forzado. *Gaceta Sanitaria*, 20 (4), pp. 260-265.

- Moreno, B. & Ximénez, C. (1996). Evaluación de la calidad de vida. En: Casal y col (Eds). Manual de evaluación en psicología clínica y de la salud, (pp, 1045.-1070). Madrid: Siglo XXI. Recuperado el 15 de noviembre de 2007, en <http://www.uam.es/gruposinv/esalud/Articulos/Personalidad/calidaddevida.pdf>.
- Moser, C. (1998). *La violencia en Colombia: Construyendo la paz sostenible y el capital social*. Washington D.C: Banco Mundial.
- Myers, D. (2000). The Funds, Friends, and Faith of Happy People. *American Psychologist*, 55 (1), pp 56-67.
- Navarro, O. (2002) Representaciones sociales de la cultura adaptativa en un pueblo indígena de la Sierra Nevada de Santa Marta (Colombia). Investigación y desarrollo vol. 10, n° 2 págs. 208-221 Uninorte
- Navia, C. & Ossa, M. (20 Observatorio del Programa Presidencial de DH y DIH. (2009)
- Negrete, V.,. Los desplazados por la violencia en Colombia.- El caso de Córdoba- Monteria, 1994
- Observatorio del Programa Presidencial de DH y DIH. (2009) “Diagnóstico de la situación del pueblo indígena Wiwa”, http://www.derechoshumanos.gov.co/observatorio_de_DDHH/documentos/DiagnosticoIndigenas/Diagnostico_WIWA.pdf, el 10 de Enero de 2010.
- Organización Gonawindua Tayrona. La ilusión de Serankua. Documento interno.
- Osorio, F. & Lozano, F. (1999). Proceso de reconstrucción vital de la población desplazada por violencia en Colombia. *Universitas Humainística*, (47), pp. 75 -85.
- OWYBT (Organización Wiwa Yugumaiun Bunkuanarrua Tayrona). (2007). “Características Pueblo Indígena Wiwa”. Valledupar, Cesar.

- OWYBT (Organización Wiwa Yugumaiun Bunkuanarrua Tayrona). (2001). Plan Educativo Wiwa. Valledupar. Cooperacion Española.
- Padrós, F. (2002) *Disfrute y Bienestar Subjetivo. Un Estudio Psicométrico de la Gaudibilidad*. Tesis de la Facultad de Psicología, Universidad Autónoma de Barcelona.
- Paéz, D. & Fernández, I. (2005). Madrid 11-M. Un análisis del mal y sus consecuencias. *Revista de psicología social*, 20 (3), pp.399-408.
- Palacio, J. (2002) Impact psychologique de la violence politique sur les jeunes et la famille. Lille: Atelier National De Reproduction Des Thèses.
- Palacio, J. & Sabatier, C. (2002) Impacto psicológico de la violencia política en Colombia. Barranquilla: Ed. Uninorte.
- Palacio, J, Abello, R, Madariaga, C. & Sabatier, C. (1999). Estrés Post-traumático y resistencia psicológica en jóvenes desplazados. *Investigación y Desarrollo n° 10*, pp. 16-29.
- Palacio, J., Correa, A., Díaz, M. & Jiménez, S. (2003). La Búsqueda de la identidad Social, un punto de partida para comprender las dinámicas del desplazamiento, reestablecimiento forzado en Colombia. *Investigación y Desarrollo*, 11(1), pp 26 - 52.
- Palomar, J., Lanzagorta, N. & Hernández, J. (2005). Poverty, psychological resources and subjective well-being. *Social Indicators Research*, 73 (3), pp. 375-408.
- Paz, P. (2003). *Trastorno de estrés postraumático en mujeres víctimas de violencia doméstica: evaluación de programas de intervención*. Tesis para optar al grado de doctor, Universidad Complutense de Madrid.

- Pérez, M., Muñiz, O., Jaramillo, J. & Gómez, C. (2004) .Desplazamiento sin sentido: Estudio clínico de la experiencia del desplazamiento. *Revista de psicología de la Universidad Pontificia Bolivariana*, (6), pp.161-174.
- Peterson, C. (2000). The Future of Optimism. *American Psychologis*, 55 (1), pp 44-55.
- Plan Educativo Wiwa. O. G. T. Organización Gonawindua Tayrona. Cooperacion Española. Valledupar 2001
- Pressman, S. & Cohen, S. (2005). Does Positive Affect Influence Health? *Psychological Bulletin*, 131 (6), pp. 925-971.
- Programa para las Naciones Unidas para el Desarrollo. (2006, junio). Boletín Hechos del Callejón No. 15. Bogotá, Colombia.: Autor.
- Programa para las Naciones Unidas para el Desarrollo. (2007, marzo). Boletín Hechos del Callejón No. 23. Bogotá O. G. T. Organización Gonawindua Tayrona á, Colombia.: Autor.
- Punamäki, R. (1990). Respuestas de stress psicológico de las madres palestinas y sus hijos a las condiciones de ocupación militar y violencia política. En. Martín-Baró, I. (Ed.), *Psicología social de la guerra: Terapia y trauma* (pp. 85-101). San Salvador: UCA Editores.
- Ramos, J. & González, J. (2004) El problema de los grupos desplazados por la violencia: Una visión departamental y barrial. *Investigación y Desarrollo*, (10), pp. 30-78.
- Rauch, S. & Foa, E. (2006). Emotional Processing Theory (EPT) and Exposure Therapy for PTSD [Versión electrónica], *Journal of Contemporary Psychotherapy*, 36 (2), pp. 61–65. Recuperado el 22 de octubre en <http://www.springerlink.com/content/rv05l5j605853010/>.

- Red de Solidaridad Social. (2000). Programa de Atención Directa a Desplazamientos Masivos. Presidencia de la República.
- Rionda, J. (2004). Algunas consideraciones en torno a cómo medir el nivel de bienestar social. Contribuciones a la Economía. Recuperado el 11 de febrero de 2007 en <http://www.eumed.net/ce/>.
- Rincón, P. (2003). *Trastorno de estrés postraumático en mujeres víctimas de violencia doméstica*. Tesis Doctoral, Universidad Complutense de Madrid.
- Rizo, H. (2002). *El partido Comunista de Colombia y su influencia en el Conflicto Armado. Evolución del Conflicto Armado en Colombia e Iberoamérica*. Bogotá: Ed. Nomos.
- Robles, R. & Páez, F. (2003) Estudio Sobre la Traducción al Español y las Propiedades Psicométricas de las Escalas de Afecto Positivo y Negativo. *Salud Mental*, 26 (1), pp. 69-75.
- Rodríguez, A. & Moreno-Jiménez. (2006). Valoración del daño psíquico y emocional en víctimas de acoso psicológico en el trabajo. Universidad Autónoma de Madrid. Recuperado el 20 de julio de 2007, en http://www.acosomoral.org/pdf/Valoracion_del_da_o_en_victimas_de_acoso.pdf.
- Rodríguez, A. (2003). Cuestiones conceptuales y metodológicas en torno al concepto y significado de bienestar social. *Revista sobre igualdad y calidad de vida*, 2 (3), pp. 4-9.
- Rojas, M. & Martínez, Z. (2002). Desafíos de trabajar en el área de la atención psicosocial. Ponencia de la organización internacional para la migraciones-OIM. En: Atención psicosocial a la población desplazada. pp. 71-84. Seminario-Taller Bogotá.

- Rubin, B. & Bloch, E (2001). Intervención en crisis y respuesta al trauma. Teorías práctica. Editorial Desclée de Brouwer: Bilbao.
- Ryan, R. & Deci, E. (2000). Self-Determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being. *American Psychologist*, 55 (1), pp. 68-78.
- Ryff, C., Corey, K. & Hughes, D. (2003). Challenges of Minority Life Hone Purpose and Growth?. *Journal of Health and Social Behavior*, 44 (3), pp. 275-291. Recuperado el 11 de Septiembre de 2007, en <http://links.jstor.org>.
- Ryff; C. & Singer, B. (1998a). Human Health: New Directions for the Next Millennium *Psychological Inquiry*, 9 (1), pp. 69-85. Recuperado el 20 de Septiembre de 2007. de <http://links.jstor.org>.
- Ryff; C. & Singer, B. (1998b). The Contours of Positive Human Health. *Psychological Inquiry*, 9 (1), pp. 1-28. Recuperado el 20 de Septiembre de 2007. de <http://links.jstor.org>.
- Ryff, C. (1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57, pp.1069-1081.
- Samayoa, J. (1990). Guerra y deshumanización una perspectiva psicosocial. En: Martín-Baró, I. Psicología social de la guerra: trauma y terapia. (pp 41-64). El Salvador: UCA EDITORES.
- Sandoval, M. (1999). Desplazados: Una historia sin contar. *Universitas Humanística*, (47), pp.33-43.
- Sánchez, R. y Jaramillo, L. (1999) Impacto del desplazamiento sobre la salud mental. *Universitas Humanística*, (47), pp 87-101.

- Segura, E. & Meertens, D. (1997). Desarraigo, Género y Desplazamiento Interno en Colombia. *Nueva Sociedad*, (148), pp. 30-43.
- Segura, N. (1999). Perspectivas de género. *Universitas Humanistica*, (47), pp.45-51.
- Seligman, M. & Csikszentmihalyi, M. (2000). Positive Psychology: An Introduction. *American Psychologist*, 55 (1), pp. 5-14.
- Shawn, E., Cahill, P. & Foa, E. (2004). Impact of personality disorders on treatment outcome for female assault survivors with chronic posttraumatic stress disorder. *Journal of Personality Disorders*, 18 (1), pp. 117, 119. Recuperado el 20 de octubre de 2007, de la base de datos de Jstor.
- Schwartz, B. (2000). Self-Determination the tyranny of Freedom. *American Pssychologist*, 55 (1), pp. 79-88.
- Suárez, C. (2008). “Informe sobre la integridad cultural de los Pueblos Yukpa, Chimila, Wiwa, Sikuani y Saliba”. Ministerio de Cultura-Dirección de Poblaciones. Bogotá D.C.
- Taylor, S., Kemeny, M., Reed, G., Bower, J. & Gruenewald, T. (2000). Psychological resources, positive illusions and health. *American Psychologist*, 55 (1), pp.99-109.
- Universidad Libre. “Entidades Territoriales; Normatividad Constitucional”, consultado en: <http://www.unilibre.edu.co/ulcadiz/Territorios%20Ind%C3%ADgenas1.htm>, el 24 de Junio de 2009.
- Vaillant, G. (2000). Adaptative Mental Mechanisms. Their Role in a Positive Psychology. *American Psychologist*, 55 (1), pp 89-98.
- Veenhoven, R. (1994) El estudio de la satisfacción con la vida. *Intervención Psicosocial*, 3, pp. 87-116. Recuperado el 27 de Noviembre de 2007 de <http://www2.eur.nl/fsw/research/veenhoven/Pub1990s/94d-fulls.pdf>.

- Veenhoven, R. (2003). Hedonism and happiness. *Journal of Happiness Studies*, (4), pp. 437–457.
- Vera, J. (2001). Bienestar Subjetivo en Estudiantes Universitarios. Recuperado el 20 de julio de 2007 de <http://www.mie.uson.mx/docs/MIE,%20Proyecto,%20%20C1ngel%20Vera%20Noriega.doc>
- Vera-Villaruel, P. & Guerrero, A. (2003) Diferencias en Habilidades de Resolución de Problemas Sociales en Sujetos Optimistas y Pesimistas. *Universitas Psychological*, 2 (1), pp 21-26.
- Vicepresidencia de la República. *Ley 387/97*. Recuperado el 30 de noviembre de 2007, de [http:// www.derechoshumanos.gov.co](http://www.derechoshumanos.gov.co).
- Villar F., Triadó, C., Solé, C. & Osuna, M. (2003). Bienestar, adaptación y envejecimiento: cuando la estabilidad significa cambio. *Revista Mult Gerontol*, 13 (3), 152-62.
- Wiwa - Wikipedia, la enciclopedia libre <https://es.wikipedia.org/wiki/Wiwa>

ANEXOS

ANEXO A. INSTRUMENTOS

Escala de Bienestar Social, Subjetivo y Psicológico

A continuación le presentamos una serie de preguntas a través de las cuales buscamos conocer su opinión sobre diversas situaciones y sobre usted mismo. No hay respuestas correctas o incorrectas. Toda la información contenida en este cuestionario es confidencial. Por favor, conteste en primer lugar los siguientes datos:

Hombre ☐ Mujer ☐ Edad ____ Nivel Educativo: _____
 Cuál tipo de experiencia violenta tuvo: Directa ____ Indirecta ____ Testigo ____

Escala de Bienestar Social de Keyes

<i>Señale en qué medida está de acuerdo con cada una de las siguientes afirmaciones:</i>	Totalmente de Acuerdo 1	2	3	Neutro 4	5	6	Totalmente en desacuerdo 7					
1. Para mí el progreso social es algo que no existe.						1	2	3	4	5	6	7
2. Creo que las personas sólo piensan en sí mismas.						1	2	3	4	5	6	7
3. Creo que la gente no es de fiar.						1	2	3	4	5	6	7
4. Creo que la gente me valora como persona.						1	2	3	4	5	6	7
5. La sociedad no ofrece incentivos para gente como yo.						1	2	3	4	5	6	7
6. No creo que instituciones como la justicia o el gobierno mejoren mi vida.						1	2	3	4	5	6	7
7. No entiendo lo que está pasando en el mundo.						1	2	3	4	5	6	7
8. Siento que soy una parte importante de mi comunidad.						1	2	3	4	5	6	7
9. El mundo es demasiado complejo para mí.						1	2	3	4	5	6	7
10. Si tengo algo que decir, creo que la mayoría de la gente me escucharía.						1	2	3	4	5	6	7
11. La sociedad ya no progresa.						1	2	3	4	5	6	7
12. Creo que la gente es egoísta.						1	2	3	4	5	6	7
13. No vale la pena esforzarme por intentar comprender el mundo en el que vivo.						1	2	3	4	5	6	7
14. Creo que puedo aportar algo al mundo.						1	2	3	4	5	6	7
15. Veo que la sociedad está en continuo desarrollo.						1	2	3	4	5	6	7
16. Muchas culturas son tan extrañas que no puedo comprenderlas.						1	2	3	4	5	6	7
17. Me siento cercano a otra gente.						1	2	3	4	5	6	7
18. Las personas no se preocupan de los problemas de otros.						1	2	3	4	5	6	7
19. No tengo nada importante que ofrecer a la sociedad.						1	2	3	4	5	6	7
20. Mis actividades diarias no aportan nada que valga la pena a la sociedad.						1	2	3	4	5	6	7
21. Creo que no se debe confiar en la gente.						1	2	3	4	5	6	7
22. No tengo ni el tiempo ni la energía para aportar algo a la sociedad.						1	2	3	4	5	6	7
23. Pienso que lo que hago es importante para la sociedad.						1	2	3	4	5	6	7
24. Hoy en día, la gente es cada vez más deshonesto.						1	2	3	4	5	6	7
25. Si tuviera algo que decir, pienso que la gente no se lo tomaría en serio.						1	2	3	4	5	6	7

Escala de Bienestar Subjetivo de Diener

<i>Señale su grado de acuerdo con las siguientes afirmaciones:</i>	Totalmente de Acuerdo 1	Parcialmente de Acuerdo 2	Neutro 3	Parcialmente en Desacuerdo 4	Totalmente en Desacuerdo 5				
1. El tipo de vida que llevo se parece al tipo de vida que siempre soñé llevar.					1	2	3	4	5
2. Las condiciones de mi vida son excelentes.					1	2	3	4	5
3. Estoy satisfecho con mi vida.					1	2	3	4	5
4. Hasta ahora he obtenido las cosas importantes que quiero en la vida.					1	2	3	4	5
5. Si pudiera vivir mi vida de nuevo, me gustaría que todo volviese a ser igual.					1	2	3	4	5

Escala de Bienestar Psicológico de Ryff

<i>Señale en qué medida está de acuerdo con cada una de las siguientes afirmaciones:</i>	Totalmente en desacuerdo 1	2	3	Neutro 4	5	Totalmente de Acuerdo 6				
1. Cuando repaso la historia de mi vida, estoy contento con cómo han resultado las cosas.	1	2	3	4	5	6				
2. A menudo me siento solo porque tengo pocos amigos íntimos con quienes compartir mis preocupaciones.	1	2	3	4	5	6				
3. No tengo miedo de expresar mis opiniones, incluso cuando son opuestas a las opiniones de la mayoría de la gente.	1	2	3	4	5	6				
4. Me preocupa cómo otra gente evalúa las elecciones que he hecho en mi vida.	1	2	3	4	5	6				
5. Me resulta difícil dirigir mi vida hacia un camino que me satisfaga.	1	2	3	4	5	6				
6. Disfruto haciendo planes para el futuro y trabajando para hacerlos realidad.	1	2	3	4	5	6				
7. En general, me siento seguro y positivo conmigo mismo.	1	2	3	4	5	6				
8. No tengo muchas personas que quieran escucharme cuando necesito hablar.	1	2	3	4	5	6				
9. Tiendo a preocuparme sobre lo que otra gente piensa de mí.	1	2	3	4	5	6				
10. He sido capaz de construir un hogar y un modo de vida a mi gusto.	1	2	3	4	5	6				
11. Soy una persona activa al realizar los proyectos que propongo para mí mismo.	1	2	3	4	5	6				
12. Siento que mis amistades me aportan muchas cosas.	1	2	3	4	5	6				
13. Tiendo a estar influenciado por la gente con fuertes convicciones.	1	2	3	4	5	6				
14. En general, siento que soy responsable de la situación en la que vivo.	1	2	3	4	5	6				
15. Me siento bien cuando pienso en lo que he hecho en el pasado y lo que espero hacer en el futuro.	1	2	3	4	5	6				
16. Mis objetivos en la vida han sido más una fuente de satisfacción que de frustración para mí.	1	2	3	4	5	6				
17. Me gusta la mayor parte de los aspectos de mi personalidad	1	2	3	4	5	6				
18. Tengo confianza en mis opiniones incluso si son contrarias al consenso general.	1	2	3	4	5	6				
19. Las demandas de la vida diaria a menudo me deprimen.	1	2	3	4	5	6				
20. Tengo clara la dirección y el objetivo de mi vida.	1	2	3	4	5	6				
21. En general, con el tiempo siento que sigo aprendiendo más sobre mí mismo.	1	2	3	4	5	6				
22. No he experimentado muchas relaciones cercanas y de confianza.	1	2	3	4	5	6				
23. Es difícil para mí expresar mis propias opiniones en asuntos polémicos.	1	2	3	4	5	6				
24. En su mayor parte, me siento orgulloso de quien soy y la vida que llevo.	1	2	3	4	5	6				
25. Sé que puedo confiar en mis amigos, y ellos saben que pueden confiar en mí.	1	2	3	4	5	6				
26. Pienso que con los años no he mejorado mucho como persona.	1	2	3	4	5	6				
27. Tengo la sensación de que con el tiempo me he desarrollado mucho como persona.	1	2	3	4	5	6				
28. Para mí, la vida ha sido un proceso continuo de estudio, cambio, y crecimiento.	1	2	3	4	5	6				
29. Si me sintiera infeliz con mi situación de vida, daría los pasos más eficaces para cambiarla.	1	2	3	4	5	6				

ANEXO B: MUJER WIWA



ANEXO C: VIVIENDA-COCINA



ANEXO D: VIVIENDA



ANEXO E: HOMBRE WIWA

